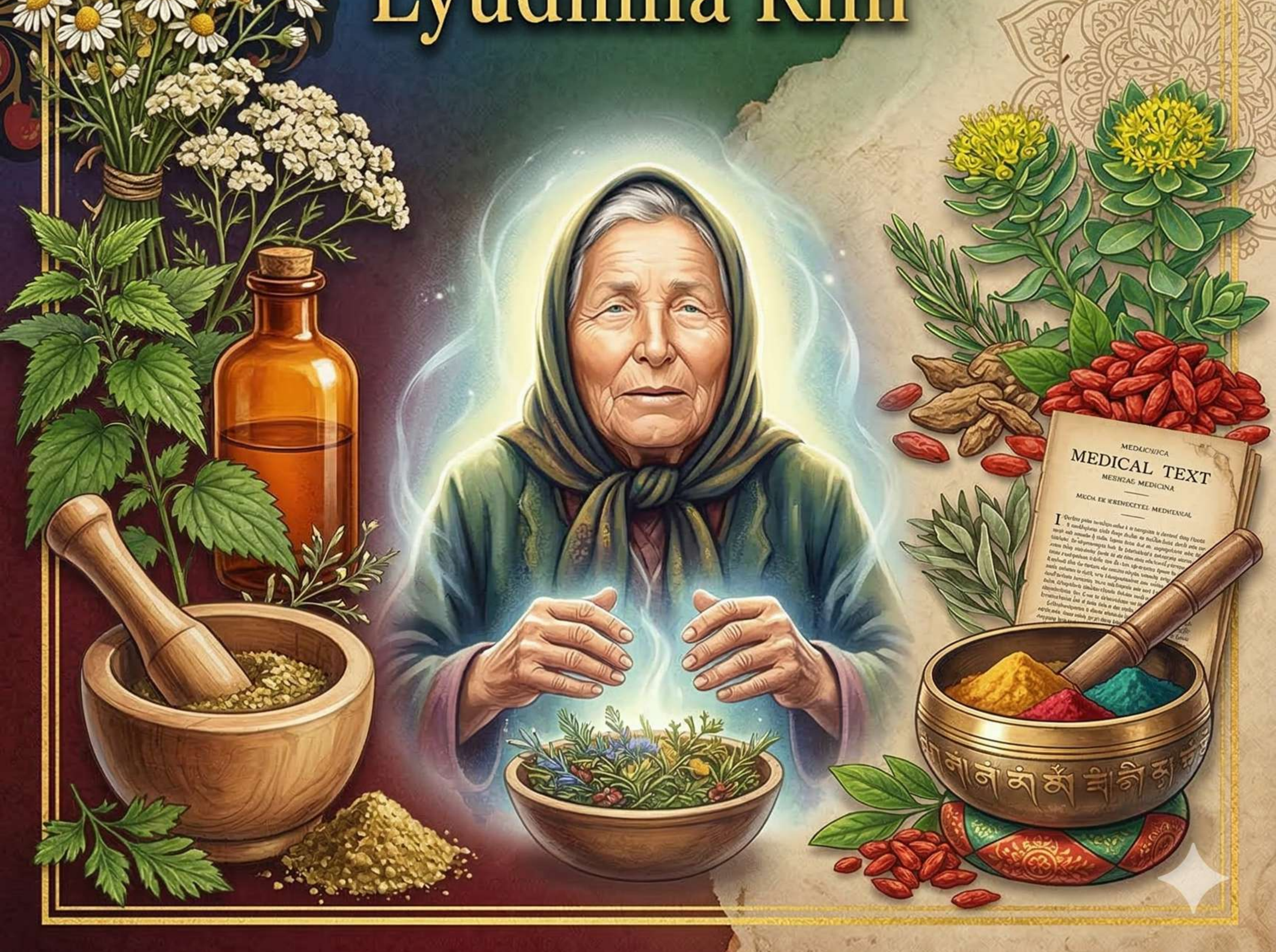
DIZ-ME VANGA!

200 RECEITAS DA MEDICINA TIBETANA E RUSSA

Lyudmila Kim



DIZ-ME, VANGA!

200 RECEITAS DA MEDICINA POPULAR TIBETANA E RUSSA

Lyudmila Kim

(Tradução: Amadeu António)

Lyudmila Kim nasceu em 1941 no Cáucaso do Norte, Checheno-Inguchétia. Pertence a gerações sucessivas de curandeiros. Kim licenciou-se no Instituto Químico-Tecnológico de Moscovo. Até completar 30 anos, a sua família proibiu-a de curar. Depois disso, começou a curar, mas quase em segredo. Domina os segredos das escolas de cura tibetana, russa e búlgara, sendo uma forte vidente. Em 1985, conheceu Vanga, que a aceitou no seu círculo íntimo. Tratou Vanga, bem como figuras políticas e de estado russas e búlgaras. O livro contém receitas e métodos de tratamento raros, fáceis de aplicar e eficazes.

„Todas as pessoas grandes foram primeiro crianças, mas poucas se recordam disso.“ Antoine de Saint-Exupéry, „O Pequeno Príncipe“

Toda a aldeia se divertiu durante muito tempo com este acontecimento incrível. Mas isso foi depois. Agora, a mãe do meu pai estava a juntar os seus pertences num fardo apertado. — Acabou! O meu pé não volta a entrar nesta casa! — resmungava a minha avó, olhando irritada para os familiares silenciosos na sala. — Vocês, pelos vistos, enlouqueceram todos? O meu pai encolhia os ombros com culpa, enquanto a minha mãe se tinha acomodado mansamente num canto da choupana — a minha irmãzinha não percebia nada das conversas dos adultos e voltava a ter vontade de mamar. Esta criança era também a causa principal da discórdia — a minha mãe, com uma persistência invejável, só dava à luz raparigas. O meu pai encarava este facto com filosofia, mas a mãe dele, por outro lado, enfurecia-se continuamente. — Por que castigo é este? E quanto tempo pode isto continuar? Precisamos de ajudantes em casa, e vocês! A avó nunca terminava o pensamento, mas era claro para todos que ela não honrava com o seu amor a metade fraca do género humano. E quando apareceu a nova irmãzinha, a gota de paciência da avó transbordou. Os vizinhos compadeciam-se dela — uma pessoa idosa deve ser respeitada, e eis que era a quinta filha. A avó lançou o fardo ao seu ombro ossudo e

partiu para a outra ponta da aldeia, para casa da sua filha, que presenteava o marido apenas com filhos.

... Passou-se um ano. Com a filha com quem vivia agora a minha avó severa, aconteceu uma „desgraça“ irreparável — ela deu à luz uma menina. Na nossa família também esperávamos um aumento — ao mundo, contra todas as expectativas, veio o meu único irmão — Kostya. Na aldeia, ao princípio, não conseguiram compreender todo o dramatismo da situação, mas depois o riso e as piadas não tinham fim. Davam os parabéns à avó, apresentavam-lhe as suas condolências, e alguns até a convidavam para ficar junto de uma parturiente, para que o nascimento de uma menina fosse garantido...

A nossa aldeia, onde tudo isto acontecia, está aninhada junto ao próprio Tien Shan. Os riachos e ribeiros que corriam apressados junto à aldeia em direção ao vale eram impetuosos e puros, frios, porque recebiam a força e a rapidez dos glaciares parados numa altura inalcançável. A minha memória preservou cuidadosamente o calor do sol do meio-dia e as cores penetrantemente puras do ar da montanha. Mas os meus pais, naqueles anos de evacuação, dificilmente se encantariam com as belezas naturais. A nossa família era composta por oito pessoas. Não podíamos trabalhar no colcoze e, em vez de comida e dinheiro, ficávamos muitas vezes apenas com os pauzinhos vazios para comer. Outros, numa situação semelhante, cruzariam os braços, mas o meu pai, Bensu Yurevich, não só conseguiu alimentar a nossa ruidosa família, como conseguiu formar-se como contabilista. Como se costuma dizer, tornou-se homem. Era isso que queria também para os seus filhos. Poderia alguém pensar então que nos espalharíamos da nossa choupana em todas as direções — dos Urais a Leninegrado, do norte ao sul.

Agora é mais fácil, agora podemos ver-nos com menos frequência, mas naquela época a força centrífuga dos terríveis anos de guerra comprimia-nos uns contra os outros, obrigava-nos a ser o apoio uns dos outros. Sem isso, não teríamos sobrevivido. Ceifávamos, cavávamos, lavávamos, cozinhávamos, apanhávamos lenha, cuidávamos dos mais novos — o trabalho numa família numerosa não tem fim.

Quando me vejo nas minhas memórias, ao meu lado está sempre a minha avó, Kim Pon-Ok. Ela sabia inúmeros contos, com os quais me conquistou para sempre. Os contos não eram muito comuns, neles havia um sentido oculto e eu gostava muito de adivinhar o seu significado.

Infelizmente, não havia muito tempo para contos — os campos estendiam-se até ao horizonte, e até para além deles... A ceifa não era menos dura. Certa vez, num prado espaçoso, uma cobra aquecia-se sobre um torrão de terra. A avó não a notou. A sua mordidela era provavelmente mortal. Se tivesse acontecido em casa, Kim Pon-Ok encontraria um antídoto, mas sob o céu aberto no campo?

Não consegui nem assustar-me nem chorar. O aço afiado da foice da avó mordeu duas vezes a carne viva, obliquamente. O sangue jorrou. Sem que o seu rosto tremesse, a avó desatou o cinto de pano do seu vestido gasto e apertou a minha perna acima do joelho. A sua palma seca deslizou várias vezes sobre a ferida fresca, os seus lábios sussurravam algo quase inaudível. Após alguns minutos, o sangue parou, a avó sorriu. — Está feito. Vamos trabalhar. Fui atrás da avó, via os seus pés poeirentos e tinha a certeza de que não se poderia encontrar pessoa mais sábia e fiável. E isto não era maximalismo infantil.

Kim Pon-Ok conhecia imensas ervas e plantas medicinais. Após longos anos, encontrei mais do que uma vez em manuais e livros antigos medicamentos e métodos de tratamento conhecidos da infância para as doenças mais graves. A avó podia ajudar até em casos de leucemia e cancro. A irmã do meu pai, Kim Ok-Sun, também era uma curandeira famosa, mas a avó sabia e podia mais. Até hoje me surpreendo como é possível que conhecimentos tão antigos se reúnam nesta pequena velhinha seca com um rosto muito iluminado.

Kim Pon-Ok nunca tinha pressa em responder, e as perguntas fazia-as lentamente. Era uma pessoa paciente e era preciso irritá-la muito para a tirar do sério. O meu avô conseguiu algumas vezes e, então, voavam pelo ar pratos e tigelas de barro, acompanhados por um conjunto divino de epítetos pouco agradáveis. Nesses minutos não tinha pena da avó, nem me doíam os pratos, mas sim o meu avô equivocado, que depois passava muito tempo a apagar as suas falhas estratégicas familiares. Mas as nuvens de trovoada dispersavam-se rapidamente.

Na família estabelecia-se a trégua, os cacos eram varridos e tudo ao redor voltava a brilhar de limpeza. A avó era uma dona de casa extraordinária. Se pudesse espreitar apenas por um minuto o meu apartamento em Moscovo, levaria um bom corretivo dela. Kim Pon-Ok tratava das lidas domésticas, do campo e encontrava tempo para se ocupar

dos netos. Além disso, a avó curava pessoas e escondia a sua habilidade não científica. Ajudava também os animais domésticos. Kim Pon-Ok tinha uma disposição especial para com as vacas. Talvez na sua alma vivessem ecos das crenças hindus. A avó removia o mau-olhado das vacas, conseguia curar os infelizes animais de mordidelas de cobras — na nossa região, isso era algo comum. As cobras agarravam-se como sanguessugas ao úbere da vaca e sugavam o leite durante muito tempo. Observava atentamente como as mãos enrugadas da avó tratavam a carne ferida da vaca, memorizava os encantamentos e as orações que inevitavelmente acompanhavam o tratamento.

Desde pequena falava duas línguas e agora repetia mentalmente as palavras coreanas em russo, pensando que esta dupla oração possuía uma força especial. Dificilmente alguém me convencerá agora do contrário. A fé da avó em Deus era inabalável. Mas, apesar de toda a Sua grandeza, a avó dirigia-se a Ele com orações e pedidos expressos de forma calorosa, íntima, como se fosse um familiar. E por isso parece-me que a avó conseguia alcançar muito, que nem por um minuto se sentia sozinha e sabia sempre que havia quem a ajudasse e aconselhasse em momentos difíceis.

Ao recordar hoje como e com que curava a avó os seus doentes, percebo claramente: ela estabelecia um diagnóstico correto pela cor do rosto e pela respiração, pela íris, e conseguia detetar a doença oculta pelo pulso. Ela escutava com atenção especial o seu ritmo. Pressionava simultaneamente com vários dedos o pulso e determinava o estado dos pulmões, do fígado, dos rins, do coração. No tratamento, utilizava o seu forte biocampo.

Sem dar importância especial a este fator, a avó, como que de passagem, reforçava, carregava o órgão doente, aquecia-o. Recordo com orgulho a sua surpresa quando lhe perguntei: — Avó, por que saem desses teus dedos esses fios brancos? Kim Pon-Ok, maravilhada, bateu as palmas: — Tens um olho forte! Conseguiste ver, minha pombinha! E durante muito tempo não conseguia acalmar-se enquanto me olhava com um respeito indisfarçável. Mas a avó utilizava o biocampo apenas como meio auxiliar. Ela dominava os segredos da fitoterapia e criava combinações extraordinariamente eficazes de ervas perfeitamente comuns. Para ruturas, a compressa de soja ajudava infalivelmente. As dores de dentes acalmava-

as com um encantamento e, em casos especialmente graves, utilizava os pontos biologicamente ativos.

Com artemísia seca, a avó enrolava um cigarro longo e tocava sem erro no lugar determinado do corpo do doente. Quase imediatamente, este acalmava-se e a dor recuava. Parecia-me que o homem não tinha pontos inúteis ou desnecessários — cada pequeno pedaço de pele influenciava algo e a avó dominava todo o mecanismo dessa interação. Ela nunca utilizava picadas com agulhas — a cauterização é um método mais acessível e o resultado é o mesmo — envia-se um forte impulso ao organismo doente.

Traziam frequentemente crianças até ela — assustadas, gagas, nervosas. Num lugar secreto, Kim Pon-Ok guardava um frasquinho com uma certa substância vermelha. Desenhava uma cruz na testa da criança, pronunciava um antigo encantamento coreano e os pequenos começavam a sorrir. Depois de os outros meios testados não ajudarem e de o frasquinho entrar em ação, perguntava-me frequentemente: qual é o segredo da substância vermelha?

Com a amigdalite, a avó e a tia resolviam a questão impiedosamente — queimavam as amígdalas com gordura de cão quente. Após este tratamento, a doença desaparecia quase sempre sem deixar rasto. Para a epilepsia, a avó pedia que se apanhassem ratinhos muito pequenos, se cobrissem com vodka e se bebesse a infusão. O procedimento ajudava, embora para a geração moderna habituada a comprimidos isto possa parecer uma loucura xamânica. Mas hoje está provado que, por exemplo, nas carraças nocivas contém-se uma substância especial que atua muito eficazmente em tromboses e protege contra o AVC e o enfarte. E que substância curativa continham os ratos cegos, só a minha avó sabia. Cabe-nos a nós descobrir o segredo.

A doença de Botkin a avó tratava com flores de melão secas e recomendava para o estômago doente a decocção benéfica de sementes de linhaça. A decocção de cascas de melancia ajuda no caso de uma bexiga fraca, e as „barbas“ de milho ajudam significativamente rins que não funcionam bem. A avó media exatamente dois punhados de flor de batata seca para as mulheres doentes que vinham até ela e explicava que essa quantidade se infunde com uma chávena de água quente.

Esta receita era prescrita para doenças da glândula tiroide, das glândulas mamárias e para outras doenças „femininas“. Já me aconteceu encontrar herbanários que inventam misturas inimagináveis de ervas e plantas raras. Diziam: „Alguma ervinha ajudará!“ Kim Pon-Ok nunca seguia este princípio. Preferia as plantas mais comuns — artemísia, milefólio, armole, a erva-de-passarinho que cresce nos quintais das aldeias, que ajuda em constipações, pode expelir pedras dos rins e ajuda noutras doenças.

Normalmente, a minha avó silenciosa respondia longamente às minhas perguntas sobre as ervas, explicava-me pacientemente as regras da existência humana. Aconselhava-nos a não comer em excesso, a evitar a inveja, a alegrarmo-nos com a vida e a conter a nossa raiva. Ensinava os seus netos a valorizar o calor do lar, a desprezar o orgulho e a avareza. Quando cresci, compreendi que Kim Pon-Ok nos protegia dos sete pecados capitais. A avó conseguia perceber o que e de onde se tinha instalado no homem, mas não conseguia justificá-lo. Certa vez, a vizinha entrou no nosso quintal. Ela procurava frequentemente a ajuda da avó, mas não pagava pelos conselhos e medicamentos. Kim Pon-Ok nem uma palavra mencionava sobre isso. Considerava que o mais importante era fazer o bem ao homem, e que este encontraria formas de agradecer. Desta vez, a vizinha trazia um pouco de dinheiro, mas parece que teve pena e, no último momento, enfiou-o debaixo de uma pedra à beira do caminho.

A avó trabalhava no jardim, ouviu passos atrás de si, apoiou-se na enxada e endireitou as suas costas fatigadas. Ouviu a visita inesperada e franziu o sobrolho. — Para que vieste? Estás muito doente! E porque tiveste pena do dinheiro? É assim tão grande a sua força? Vai para casa! Quando deixares de adoecer por causa de pensamentos sobre riqueza, vem, então serás bem-vinda! Não sei como a avó se apercebeu do dinheiro escondido pela vizinha, mas tenho a certeza de que só eu pude ver como ela enfiou as notas amassadas debaixo da pedra poeirenta.

A capacidade de VER CLARAMENTE não abandonou Kim Pon-Ok até à velhice profunda. Quando o meu avô foi preso por denúncia de invejosos, a avó dizia-nos constantemente que ele estava vivo, que não era nenhum espião japonês e que talvez voltasse para nós, se tudo corresse bem. Mas não foi assim. No dia em que fuzilaram o avô, Kim Pon-Ok chorou prolongadamente. Ela já não pressentia, ela sabia que o avô já não

existia. Soubemos a data da sua morte muito mais tarde, após a reabilitação total do „antigo mercenário dos serviços especiais ocidentais“.

Com o seu conhecimento, a avó tinha-nos antecipado em mais de dez anos. Nunca coloquei a tarefa de ela ser o meu exemplo. Eu simplesmente vivi como ela. Nunca me recordo de Kim Pon-Ok. Ela simplesmente não pode ser esquecida.

O TEMPO DO CONHECIMENTO

„Julga-te a ti mesmo... Isso é o mais difícil. Julgar-se a si mesmo é consideravelmente mais difícil do que julgar os outros. Se conseguires julgar-te corretamente, então és verdadeiramente sábio.“ Antoine de Saint-Exupéry, „O Pequeno Príncipe“

Na antiguidade, os chineses dividiam a vida humana nos seguintes períodos: a juventude dura até aos 20 anos, dos 20 aos 30 pode-se criar família. Aos 40-50 chega a idade do conhecimento, da consciencialização dos próprios erros. A década seguinte é o último período da vida criativa. O tempo dos 60 aos 70 chama-se a idade que desejas alcançar.

Após os 70, chega a velhice. É difícil dizer por que critérios se guiavam no Oriente para definir desta forma o caminho vital do homem. Pode-se concordar ou discutir sobre os limites das etapas individuais, mas isso dificilmente diminuirá o peso dos anos já vividos. Para uns, eles tornam-se uma verdadeira riqueza; para outros, um fardo pesado. Na minha vida houve o suficiente de ambos. Mas agora chegou o tempo da consciencialização dos próprios erros.

Se devo ser franca, até agora não consigo perceber se escolhi corretamente a minha profissão. Os entendidos dizem que no mundo há mais de cinco mil profissões. Vai lá perceber qual é a tua. A maioria dos professores no último ano do liceu encaminhava-me para as ciências exatas. Alguns empurravam-me para o abismo, enquanto outros me seduziam com o romantismo das viagens distantes. E apenas a professora de química guardava um silêncio profundo, sabendo muito bem que nada além da química me atraía. Prova disso era a bata escolar remendada e queimada tantas vezes com ácidos e reagentes. Pouco antes dos exames de admissão no famoso instituto „Mendeleev“ em Moscovo, o grande reformador — Nikita Khrushchev — resolveu abolir os direitos e privilégios dos medalhados e tive de fazer 5 exames. Isso não me custou

muito esforço, mas a mágoa ficou. Escrevi a redação de tema livre numa forma poética clássica, mas, apesar da ausência de erros, parece que foi precisamente isso que não agradou ao examinador. Por essa ousadia, deu-me nota quatro e decidi retirar os meus documentos.

As amigas dissuadiram-me, e em todas as outras disciplinas obtive notas máximas. Estudava com facilidade, ajudada pela boa memória e por alguns hábitos já estabelecidos — na escola, por impaciência, lia os manuais logo no verão e depois quase nem olhava para eles. Mas se a escola premiou os meus esforços com a medalha de ouro, no meu diploma universitário há também uma nota três: Orgulho-me dela tanto quanto das notas máximas. A origem desta nota „satisfatória“ explica-se de forma simples — recusei-me a fazer o exame de „História do PCUS“.

Não era nada difícil repetir ao professor as fórmulas gastas do manual sólido, mas após uma breve conversa ambos percebemos que isso não tinha qualquer sentido. O professor concordou que a história é sempre objetiva e não deve ser reescrita em função do ano ou de quem se senta ao leme do estado. Ou na manjedoura? Mas, ainda assim, as regras são as regras e negociámos um três — eu não respondi, e ele não me examinou.

Cinco anos depois, no país, os engenheiros-tecnólogos em química das radiações passaram a ser mais um. Não era só eu que sonhava com as possibilidades inesgotáveis do „átomo pacífico“, curvando-me perante as conquistas do casal Curie. Sonhava em ter o „meu contributo“. O nosso entusiasmo da altura chegava a uma despreocupação imperdoável — uma vez sentei-me na tampa do reator a recolher „forças“, até que me expulsaram. Dificilmente será essa a causa da minha doença prolongada, embora a proximidade ao calor das „fornalhas“ nucleares nunca tenha sido benéfica para ninguém. Eu também não fui exceção. Durante o estágio antes do diploma, partia no primeiro autocarro de Moscovo para Obninsk e regressava à residência no último — de tal forma estava empolgada com o trabalho científico. Comia raramente e pouco, praticamente não descansava, constipei-me e, nesse „terreno“ bem fertilizado e provavelmente irradiado, caiu o bacilo de Koch.

Durante muito tempo não me aceitavam para trabalhar — as juntas médicas não deixam passar doentes com tuberculose. Mandaram-me para o hospital, fiquei lá muito tempo. Dos três anos de „trabalho“ no instituto, passei quase dois em hospitais. Só depois percebi que a tuberculose e a

oncologia acompanham invisivelmente todos os que tentam penetrar nos segredos do núcleo atómico. Para nos convencermos disso, basta comparar a „curva“ das doenças nas cidades „atómicas“ e nas cidades comuns. Mas isso é trabalho para especialistas; eu só posso fazer suposições baseadas na minha própria experiência.

O tempo no hospital não passou em vão — dediquei-me à química e explorei a rica biblioteca hospitalar. Consegui terminar também uma escola de enfermagem de dois anos. Não me dei ao trabalho de obter o diploma, olhei para esse facto com superioridade, do que agora por vezes me arrependo. Claro que o valor do conhecimento é maior do que o do certificado de papel, mas este tem uma grande força no estado russo.

Após passarem os anos de Obninsk, regressei ao instituto para o doutoramento. Poderia ter ficado logo após os exames finais, mas decidi acumular experiência prática. Que bela experiência acumulei, sem dúvida! Mas terminando com o tema „Obninsk“, não posso deixar de contar uma história triste dessa altura. A história da minha morte...

O tubo estreito e escuro parecia interminável. Com as últimas forças, rastejava em direção à luz que cintilava numa altura inatingível e, após um longo caminho, vi-me livre. Diante de mim estendia-se uma planície iluminada por uma luz dourada e quente. Na diagonal via-se uma mesa enorme com uma toalha branca, toda repleta, como nos quadros antigos, de iguarias nunca vistas. Por trás da extremidade distante da mesa erguia-se uma figura enorme — não vi o rosto.

Clarões brilhantes de relâmpagos luziam no fundo níveo da sua veste. Involuntariamente, desviei o olhar para o lado e notei que toda a planície estava semeada de pequenas aberturas, pelas quais de tempos a tempos voavam... caixões. E eu própria, ao levantar-me, descobri que me encontrava num caixão modesto, mas limpo e sólido. Por estranho que pareça, não senti pavor. Mas sobressaltei-me com a voz troante, percebendo que falava para mim: — E esta o que faz aqui? Ela ainda não cumpriu o seu destino na terra. Vá...

O caminho de volta durou apenas um instante. A primeira coisa que ouvi, ao recuperar os sentidos, foi o soluço da jovem médica numa bata amarrotada pela falta de sono sobre uma rapariga que jazia imóvel. A reanimação era pequena e descuidada. Uma das lágrimas da médica caiu na

minha palma gelada e eu abri os olhos. — Meu Deus, é possível? — assustou-se Lyudmila Alekseevna. — Estiveste tanto tempo em morte clínica!

— Então apressei-me a morrer — consegui sorrir, embora o corpo martirizado pelas dores doesse terrivelmente, e os pensamentos ainda pairassem lá, sobre a planície dourada e infinita.

O meu destino... Mesmo então acreditava que ele residia numa grande carreira científica, no brilho de novas descobertas, no doce som da fama mundial. Terminei a tese de candidatura ao mesmo tempo que o doutoramento. Construía planos napoleónicos, preparava-me para o grau de doutora. Nem tudo aconteceu como eu tinha sonhado, mas tento nunca lamentar as ilusões perdidas. É melhor recordar mais algumas histórias reais daquele tempo já longínquo.

Tanto a minha avó como a minha tia lembravam-me constantemente para não curar outras pessoas até completar os 30 anos. Verificou-se que tal proibição não era imposta apenas pelas minhas parentes curandeiras — ela existe também nalguns povos orientais. Supõe-se, e não sem razão, que o detentor de capacidades invulgares pode utilizá-las sem causar dano a outros ou a si próprio apenas ao atingir a maturidade plena — física e moral.

Na véspera do meu 30.º aniversário, encontrei-me novamente com aquele que me enviou de volta à terra após a morte clínica. Estávamos numa montanha alta e desconhecida para mim, no próprio cume, mas eu, mais uma vez, não conseguia olhar atentamente para reproduzir na realidade a imagem do meu majestoso companheiro. Na minha memória ficaram, como três traços vivos, apenas o grande anel com uma cruz, a larga barba à Tolstói e as vestes brancas.

— Aqui está a tua coroa! Estás a vê-la? — o ancião apontou com o seu cajado para o oval dourado que brilhava no céu da meia-noite. — Como é grande! — pasmei, sem me perguntar por que méritos o ancião de cabelos brancos me queria coroar. — É fácil ajudar-te — murmurou ele e, com uma leveza inesperada, alcançou com o seu cajado nodoso a Via Láctea. Apertou nas suas mãos enormes o véu dourado e colocou-mo na cabeça. Empurrou-me levemente pelas costas: — Agora vai-te embora. Outros esperam por mim.

Acordei quando o raio de sol que atravessara a cortina me queimou a bochecha. Espreguicei-me, bocejei gostosamente e, de repente, lembrei-me do encontro noturno. A sensação de realidade era tão forte que apalpei o meu cabelo. A coroa não estava lá...

— Kiiiim! Lyuda! Ao telefone!

Vesti o roupão, tateei à procura dos chinelos debaixo da cama e apressei-me para junto da amiga que estava de serviço no andar. — Lyudochka, querida, parabéns! — dizia Kim Ok-Sun, a minha tia. — Todos te felicitamos, sê sábia e feliz — a voz familiar passava como uma pequena fonte entre as interferências. — Como estás, porque escreves tão raramente? E olha o que aconteceu por aqui...

A tia contou-me conscienciosamente todos os acontecimentos significativos de Nalchik nos últimos seis meses e, subitamente, disse: — Lyudmila! Lyuda! Estás a ouvir-me? Quase me esquecia do mais importante! Já SE PODE!

Compreendi ao que a tia se referia. A partir daquele dia, as minhas capacidades de cura deixavam de ser um segredo. Antes, escondia-as até dos bons conhecidos. Apenas em casos extremos me permitia insinuar, aconselhar, sugerir discretamente o caminho para a recuperação; direito formal de curar, nunca tive. E continuo a não ter. Isto provocou não poucas implicâncias, ameaças e, por vezes, casos de chantagem. Agora compreendem por que razão às vezes recordo com tristeza a minha atitude pouco séria em relação ao diploma de enfermagem!

Recentemente ligaram-me para casa. — É a Lyudmila Bensuevna? Falamos da associação... Voltamos a convidá-la insistentemente a tornar-se membro da nossa união. Se não o fizer, retiraremos o seu direito de curar!

Disse que podiam negociar os seus diplomas falsos o quanto quisessem, entregá-los, retirá-los, mas que, felizmente, não tinham poder para conceder a capacidade de curar pessoas.

Os sábios consideram que o primeiro degrau da sabedoria é o reconhecimento da mentira. O segundo — o alcance da verdade. Quantas nódoas negras e galos arranjei até superar o primeiro degrau! Mesmo quando me dava conta de com quem estava a lidar, procurava sempre descobrir a alma viva por trás dos olhinhos fugidios e astutos, tentava trazê-

la à luz. Às vezes isso acontecia, mas na maioria das vezes não conseguia. "A questão da habitação estragou-os" — dizem sobre tais moscovitas. Eu acrescentaria — "a questão do dinheiro — também".

— Portanto, minha pombinha, se nesta mesa, neste minuto, eu vir três mil, separar-nos-emos como amigos. — E se não? — Então, o caderno escrito pela tua mão irá parar à "Petrovka" 38. E tu sabes o que te espera por curandeirismo ilegal! — Mas tu própria viste quantas pessoas pus de pé nestas duas semanas! — Isso é outra questão! Recebi tudo o que precisava. E agora só preciso de dinheiro, está claro?

Podia estar mais claro! Recebi como se fosse família esta enfermeira de Tula junto com o seu filhinho doente. Viveram meio mês no meu apartamento de uma assoalhada — não tinham mais para onde ir durante o tratamento. Durante meio mês dei-lhes de comer e de beber, nada escondi da Zoya. E ela, calmamente, roubou o caderno onde estavam reunidas as minhas observações sobre os doentes dos últimos anos, receitas, métodos não tradicionais. Ela aperta os lábios com força, olha para o lado e exige o resgate.

— Então, vai haver dinheiro ou levo-o? — Leva-o. Dinheiro não haverá. Simplesmente não tenho. Se me tivesses pedido um empréstimo, eu teria arranjado o dinheiro, eu própria teria pedido emprestado. E agora, põe-te daqui para fora!

Corri com a ladra sem medo de nada. Mas durante muito tempo não consegui livrar-me da sensação de náusea. E de irritação pela minha ingenuidade confiante.

O que aprendi não me tornou mais sensata até hoje. A única coisa que fiz após o roubo do caderno — precioso, e isto sem aspas —, foi deixar de "despir" os doentes, porque temia que a qualquer momento pudessem irromper os zeladores das leis inquebráveis da medicina tradicional junto com os guardas da ordem. Aliás, não havia necessidade especial de "despir" nem antes, mas nem todos compreendem e aceitam a possibilidade de serem curados sem o exame habitual, as palpações, as percussões. Hoje, quando as mudanças varreram os costumes e regras bolorentos, volto a fazer eu própria as minhas observações. Volto a preencher cadernos e blocos inteiros. E ainda com mais frequência peço ajuda à insubstituível e infalível curandeira Tamara Fyodorovna, minha fiel amiga.

Há muito em que pensar — o tempo altera o código genético das pessoas contemporâneas, no seu sangue detetam-se os primeiros sinais da futura catástrofe ecológica. Há não poucos afetados pelo acidente de Chernobyl. Sinto-me feliz quando posso ajudar, prolongar nem que seja um pouco o caminho deles até ao repouso eterno. Além disso, há casos em que eu própria não consigo perceber qual dos métodos e fatores por mim utilizados mais contribuiu para a cura.

E, no entanto, nenhuma homeopatia ou bioenergética se pode comparar com a força da sensibilidade comum e quotidiana, da solicitude, da misericórdia, da humanidade. A bondade é sempre primária. Arseny Tarkovsky recorda como uma vez, num acesso de raiva, se expressou de forma não muito benevolente sobre os novos poemas de Anna Akhmatova. Nas suas apreciações, ele era intransigente. E, talvez, pouco tático. A mulher dele, ao saber do sucedido, insistiu que ele fosse imediatamente ter com Akhmatova com flores e pedisse desculpa. Tarkovsky teimou e ficou em casa. Passados alguns dias, a própria Anna Akhmatova ligou. — Olá! Pensei: para quê zangarmo-nos? Devemos amar-nos e ajudar-nos uns aos outros. A sabedoria de Akhmatova, compreendo-a melhor hoje, que chegou a idade do conhecimento dos erros.

O Ângulo Agudo do Brinquedo de Peluche

„De colina em colina, pela cidade de Zagorsk“ — Agniya Barto

Vivi pouco nesta acolhedora cidadezinha perto de Moscovo, consideravelmente menos do que supunha. Fui enviada para aqui para trabalhar após a defesa da tese e, embora o meu cargo não fosse propriamente da minha "especialidade", ninguém ouviria as tímidas objeções de uma recém-formada candidata a doutora. Depois de compreender os meus deveres de serviço, comecei a encontrar até aspetos agradáveis no meu trabalho. É possível que simplesmente me tenha habituado depressa.

Os deveres de um colaborador no instituto de brinquedos infantis não eram particularmente pesados. Tal como, aliás, o salário. E como tinha bastante tempo livre, visitava frequentemente as minhas amigas nos setores vizinhos e bebíamos chá juntas nos laboratórios. Gradualmente, pelas minhas observações, percebi que as coisas não estavam certas.

As minhas suposições depressa se tornaram certeza — no instituto de brinquedos infantis, os jogos não eram nada infantis. Eu ocupava-me do processamento de plásticos e percebia que no processo tecnológico se utilizavam consideravelmente mais matérias-primas do que o necessário segundo os cálculos. Ao verificar a minha versão, descobri que no instituto se lucrava descaradamente criando excedentes que eram vendidos para fora em quantidades enormes.

Quantas vezes me insultei por não conseguir calar-me ou esperar! Não me contive também desta vez — foi assim que fui educada. Fui ao ministério, à milícia; em todo o lado me ouviram atentamente e prometeram tomar medidas imediatas e rigorosíssimas. Mas passavam semanas, meses, e nada mudava. Em troca disso, alguns dos colegas calavam-se demonstrativamente à minha chegada, mas gradualmente surgiu mais ordem nos documentos — ajustavam os números e os resultados como devia ser.

Não compreendia nada. Sofria, martirizava-me e tinha medo. Não suspeitava quão perigosa era a água mansa que eu agitara. Desde pequena sabia que era pecado roubar. E aqui desapareciam dezenas e milhares de toneladas. E não se escondiam muito. Até hoje continua a ser um mistério para mim por que razão não me atiraram para os carris perante o comboio da manhã ou não me puseram veneno no termo do chá. Restou apenas a feliz ignorância, porque tudo isso poderia ter acontecido de forma bem real.

Não sabia que, ao sair dos gabinetes ministeriais, uma vez por semana chegava aos meus interlocutores atentos um estafeta com envelopes grossos; que os meus inimigos tinham a sua gente em todo o lado onde era preciso. As minhas forças eram muito, muito insuficientes. O ambiente tornava-se incandescente. Alguns espalhavam zelosamente rumores e mexericos sobre mim. De dia para dia aumentavam as implicâncias e os vexames requintados. Não tinha de onde receber proteção.

Apresentei a demissão. Nos olhos do funcionário dos recursos humanos, nos breves minutos da despedida, brilhava uma alegria silenciosa. Eu não sofri muito — esperavam-me num instituto na cidade de Serpukhov. Prometiam um salário maior, mais perspetivas.

Em Serpukhov não me aceitaram. O chefe encolhia os ombros e olhava para o lado. — As circunstâncias mudaram. Tem de me compreender...

E assim fiz. Na televisão passava um filme sobre a máfia italiana. Eu sorria — os tentáculos dos nossos polvos não são mais curtos. Recusavam-me na Sibéria, na Ásia Central, em Norilsk. Recusavam educadamente e de forma lacónica. Uma vez aceitaram-me para trabalhar, mas depressa corrigiram o erro. O beco sem saída torna-nos implacáveis. Lutei pelo pão. Trabalhei no que aparecia.

Mas nunca poderia imaginar que escreveria nas escadas dos conselhos petições lamentosas para auxílios em nome de velhinhas que tentavam obter as pensões que, de qualquer modo, lhes eram devidas pelo Estado. Este "trabalho" foi-me recomendado por uma pessoa ocasional. Ganhava também para uns pastéis (*pirozhki*).

A sorte sorriu-me em janeiro de 1973. Comecei a trabalhar numa das fábricas de Moscovo, numa secção de galvanoplastia. No início, as pessoas admiravam-se — o que me teria levado à fábrica, que crime teria cometido contra a pátria? Mas não se pode contar a todos sobre a tentativa falhada de encontrar justiça. Tinha de se aguentar.

Dedicando alguns dias a cada profissão, aprendi todo o processo de montagem. Cansava-me terrivelmente — por vezes era necessário carregar dezenas de baldes com solução pelas escadas e corredores esburacados e escorregadios. Tinha de lavar eu própria o tanque de galvanoplastia — quem não conhece este trabalho dificilmente o consegue imaginar. Mas por isso recebia 110 rublos por mês, não recusava horas extraordinárias nem o segundo turno. Sobrevivi e até ajudei o meu irmão e a minha irmã a "tornarem-se pessoas".

Depois comecei um trabalho "normal" num dos institutos de Moscovo e tudo o que vivi parece hoje irreal e inventado. Os meus adversários invisíveis serão agora decerto pensionistas e cultivam mansamente rabanetes atrás das vedações altas das suas vivendas nos arredores de Moscovo. Dificilmente se lembram de mim. É assim que na nossa vida se entrelaçam estreitamente o Bem e o Mal. Em Zagorsk, junto às igrejas e templos, um punhado de patifes roubava tranquilamente a riqueza do povo. Verdadeiramente ilimitada é a paciência do Senhor...

Uma Pitada de Sal

„És terrível: dos teus olhos estendem-se tenazes... Oh, como são longas! E ardem como fogo! Tu és mesmo uma bruxa!“ — Nikolai Gogol, „A Terrível Vingança“

Moscovo não acredita em lágrimas e não gosta de brincadeiras. Assim é a cidade. Uma metrópole terrível. Quando o Alik começou a falar, ensinei-o a pronunciar a morada da nossa pequena casa de uma assoalhada num bairro novo. — Rua Miklukho-Maklay, número 39, entrada "primeira" — pronunciava esforçadamente o meu menino, franzindo a cara de forma engraçada.

O Alik crescia inteligente e traquina. Músicos conhecidos afirmavam que ele tinha ouvido absoluto. Tinha uma memória forte. Subitamente, tudo acabou. Não prestei atenção aos primeiros sinais alarmantes, mas o estado do Alik piorava a cada dia. Isolou-se, começou a mover-se cada vez menos, falava com relutância. Não conseguia perceber de todo o que tinha acontecido, até que encontrei o sal espalhado por alguém junto à porta...

— És tão desatenta! — censurou-me uma colega idosa. — Vá, tenta lembrar-te! Respondia às suas perguntas incómodas e percebia cada vez mais claramente onde queria chegar esta mulher que tanto vira ao longo do seu caminho de vida. E, de facto, nos últimos tempos, uma das vizinhas mimava frequentemente o Alik — uma pessoa alta, magra, lembrando uma naja pronta a dar o bote. Ela oferecia ao meu menino ora bombons, ora bolos, e uma vez no quintal deu-lhe uma camisola colorida. Estes acessos de ternura eu explicava ingenuamente pelo seu desejo não realizado de ter um filho. Atempadamente, não reagi também ao olhar fixo e mordaz — quantas pessoas não nos são desagradáveis? E para quê estragar as relações? Mas a incerteza acabou. Já sabia o que fazer.

Peguei numa pitada do sal espalhado à volta da porta, coloquei-a no bico do fogão e liguei-o. Em breve, como predisse a minha conhecida idosa, a campainha tocou. No limiar estava a vizinha. Mal conseguia conter os seus gemidos. Ela não desviava o olhar do bico incandescente sobre o qual o sal estalava.

— Pára, por favor! — a vizinha estava pronta a cair de joelhos. — Porque me torturas? — Só paro depois de me dizeres o que fizeste ao Alik. — Não sei... Vem sozinho... Sou obrigada a aumentar o mal. Sempre te

odiei. Para vocês tudo corria tão bem... Por favor, não me tortures! — Podes ajudar o Alik? — Não... Só pode ficar pior... Já ninguém o pode ajudar. — Não acredito em ti! Rua! — Mas... — Fora!

Passaram dez anos. Mudámo-nos para outro lugar, para um apartamento maior, de três assoalhadas. Nunca mais vi a vizinha. Disseram-me que passou todos estes anos na psiquiatria. Os médicos não conseguem perceber o que lhe aconteceu. Eles não acreditam nem em mau-olhado, nem em magia. E como saberiam eles que o mal regressa?

Mas a vida continua. No outro prato da balança, frequentemente o bem pesa mais.

... O jovem robusto e loiro vestia-se rapidamente — no patamar estreito da escada, um novo paciente esperava a sua vez. Ocupei-me dele mais do que o normal, mas não estava satisfeita — o estômago dele não queria de modo algum ficar no lugar que lhe competia. — Não se preocupe — sorriu o rapaz com culpa. — Para mim o mais importante é que os rins estejam bem. E o estômago, vou curá-lo lá na nossa terra! — Como assim? — não percebi. — Isso é muito difícil, e os médicos... — Na nossa aldeia há uma avó — "dos estômagos" é melhor do que qualquer académico! Uma autêntica bruxa, só que das boas...

O táxi com matrícula de Moscovo provocou alvoroço na sonolenta rua da aldeia. Para partir, precisei de apenas alguns dias. A aldeia é antiga, a cerca de cem quilómetros de Ryazan. Outrora fora rica e famosa, mas após as múltiplas experiências sociais perdera metade dos seus habitantes e mal sobrevivera. Ermolovo volta a ganhar forças. Mas dificilmente os habitantes de Ermolovo se distinguiriam das aldeias russas vizinhas, se aqui não vivesse a avó Praskovya.

Praskovya Ivanovna Astakhova. Sobreviveu à fome, ao frio e ao trabalho árduo, mas não perdeu a sua bondade, sabedoria e solicitude. De geração em geração, na linhagem dos Astakhov, transmitiram-se os segredos da medicina popular. Mas os curandeiros populares também têm especialização. A avó Praskovya trata melhor as osteocondroses — o "levantamento" do estômago e dos rins e a infertilidade. Tratava também todo o tipo de doenças de pele. Aprendi com ela dezenas de receitas raras. Não mas escondia, alegrava-se por saber que não desapareceriam.

— Na nossa aldeia havia muitas avós que sabiam, mas quanta dor sofreram! Por um lado é difícil recusar a uma pessoa, por outro é assustador curá-la. O guarda da zona chamava-me, batia na mesa: "Ainda continuas com a tua, velha!" As pessoas vinham de noite, pelas hortas... Os vizinhos queixavam-se, por inveja. E o trabalho não é fácil. Ensinei a minha sobrinha. Ela ficava contente, mas o marido dela era contra: "Não vou tolerar que à frente da minha casa se formem filas de carros como à frente da tua avó!" E acabou-se. Pelo menos tu aprende, Lyuda. O que agarrares, é teu. Para ti é mais fácil. E a minha avó, quanto ela me bateu!

A Escolha

„A vida, infelizmente, é curta, e o caminho para a perfeição — longo.“ — Goethe

Combinámos encontrar-nos à entrada do metro. Estava perdida em pensamentos, observando o fluxo infinito de rostos, malas, roupas dos moscovitas que se apressavam incansavelmente. — Como é bonita! — ouvi subitamente junto a mim uma exclamação de admiração. Este é talvez o único caso em que as mulheres de todas as épocas e povos sempre reconheceram a razão masculina. Eu também baixei o olhar. Mas logo no instante seguinte, a minha deceção foi grande. Verificou-se que não tinha ouvido até ao fim o homem de estatura média, meia-idade, que observava atentamente a minha cabeça. — Como é bonita... esta aura! — repetiu ele e sorriu de forma larga e aberta. — Olá! Eu sou Arseni Nikolaevich!

Tínhamos ouvido falar um do outro e eis que, finalmente, o encontro se realizava. Era o professor Medyakovsky. O interesse era mútuo. Medyakovsky estava intrigado com as minhas capacidades, e eu precisava de sistematizar os conhecimentos e representações dispersos, por vezes contraditórios, sobre o imensamente complexo mundo interior do homem. Precisava de conselhos benevolentes e recomendações de um especialista conhecedor do seu trabalho.

O professor Medyakovsky investigava há muito e profundamente as capacidades invulgares do homem e os fenómenos inexplicáveis, por isso aceitei com prazer o seu convite para trabalhar no seu laboratório com o nome longo e aborrecido de „Laboratório de Mecanismos Sistémicos de Homeostase do Instituto de Investigação de Fisiologia Normal P. K. Anokhin“.

Na laboratório, mantive «diálogos» com uma dezena de aparelhos inteligentes. Começámos por investigar as possibilidades de autorregulação: as formas de alterar voluntariamente a frequência das contrações do músculo cardíaco, de baixar e elevar a pressão arterial, não só a própria, mas também a de outra pessoa. Medyakovsky procurava caminhos para se ligar ao campo de informação da Terra, descobria os segredos da telequinesia e da levitação. Alegrávamo-nos com os sucessos e, por vezes, discutíamos longamente até compreendermos que ambos tínhamos chegado praticamente à mesma conclusão, mas por caminhos diferentes.

Até hoje lamento não ter conseguido ir ao laboratório com mais frequência. Quando as minhas ausências se prolongavam, Arseniy Nikolaevich visitava-me em casa e voltávamos a falar, a duvidar, a procurar novos métodos de investigação da homeostasia — a capacidade quase perdida do homem de viver em harmonia consigo próprio e com o mundo que o rodeia. Este termo foi introduzido pelo cientista francês Bernard e refere-se a três estados possíveis, modelos de comportamento perante a mudança das circunstâncias externas.

O primeiro modelo pressupõe que, em casos de perigo real para a sobrevivência da personalidade, da individualidade e da própria vida, o homem pode fugir, esconder-se. Mas esta variante é eficaz se a ameaça vier de um inimigo externo. No caso contrário — não se pode fugir nem esconder de si próprio. Quantas tragédias cabem nesta fórmula simples!

Existe uma segunda possibilidade: subsistir, resignar-se, adaptar-se. Isto é mais simples, seguro e, com toda a probabilidade, mais sábio.

O terceiro modelo é a luta contra as circunstâncias, contra o destino, e este caminho é escolhido por poucos. Mas é precisamente sobre os seus ossos que o caminho humano é traçado.

No geral, o mérito do físico francês, na minha opinião, reside na concisão científica e na sistematização dos tipos de comportamento. Basta recordarmos o homem dos contos de fadas, parado em reflexão junto à pedra do caminho, na qual está escrito: se fores para a esquerda... A situação é extrema, mas se pensarmos bem, cada um de nós, no quotidiano, para na intersecção destes três caminhos mutuamente exclusivos e nem sempre alegres. Conheço poucas pessoas que permanecem fiéis às suas

convicções e princípios originais e continuam firmemente pelo caminho já escolhido.

O problema da escolha apresenta-se à nossa civilização desde tempos imemoriais. É errado julgar as supostas 1600 gerações que viveram na Terra, mas os nossos antecessores dificilmente tomaram o caminho correto. A humanidade está focada no aperfeiçoamento das formações tecnológicas e sociais e paga um preço incrivelmente alto pelos bens modernos adquiridos. As investigações dos antropólogos provam que, nos últimos dez mil anos, a evolução genética do homem como espécie biológica estagnou. Mais ainda, nós apenas nos assemelhamos exteriormente aos nossos antepassados. Frequentemente, assusta-me a ideia de que, no alvorecer da humanidade, praticamente todos os habitantes da Terra eram, segundo os nossos conceitos modernos, videntes.

Pouco conseguimos preservar, e por estas migalhas do Conhecimento antigo devemos curvar-nos profundamente perante os lamas tibetanos e os sacerdotes egípcios, os xamãs iacutos e os feiticeiros africanos, os iogues indianos e os magos eslavos.

... A tábua larga é atravessada por dezenas de pregos, cujas pontas brilham numa luz ténue. Um monge ágil, moreno e concentrado deita-se sobre os pregos e fica imóvel em espera. Não dura muito — sobre o seu corpo colocam uma pesada placa de betão. Os poucos espectadores estão fora de si — parece-lhes que mais um instante e o irreversível acontecerá. Mas o «espetáculo» não para aqui — dois homens com marretas pesadas golpeiam o betão um após o outro com estrondo e, em breve, da grande placa restam apenas pequenos pedaços e detritos poeirentos. O monge levanta-se levemente e sem esforço do seu leito de morte. Não há feridas nem sangue nas suas costas, restam apenas pequenos pontos vermelhos. Os visitantes curiosos num templo oriental convencem-se rapidamente de que estes também desaparecem.

Neste episódio fantástico, repetidamente descrito por jornalistas europeus, não há uma única linha falsa, e as perguntas não têm fim: como, porquê, o que está a acontecer? Com os conceitos comummente aceites é impossível revelar e explicar os segredos do «qigong» — um ensinamento antigo sobre as fontes da força vital e as formas de a controlar. Os sábios orientais aceitam que o homem é constituído por vários corpos que, tal como nas matrioskas, estão fechados uns dentro dos outros. Vale a pena

mencionar algumas palavras sobre quatro deles — o corpo físico «comum», o etérico, o astral e o mental.

O corpo etérico é uma cópia da nossa aparência física. Existe outro termo — duplo etérico. Por vezes, existem vários. Pelo número de duplos pode determinar-se o grau de capacidades sensitivas da personalidade. Os iniciados afirmam que o sinistro embaixador das forças das trevas, Adolf Schicklgruber, tinha 12 duplos. Não menos duplos tinha o extraordinário vidente Iosif Dzhugashvili. Por isso, estou convencida de que os conceitos de líder, guia e vidente são quase sinónimos.

Ainda mais imaterial do que o duplo etérico é o corpo astral. Este é capaz de abandonar o físico durante o sono, o transe ou por vontade alheia. Leia mais uma vez a obra de Gogol, «A Terrível Vingança», e compreenderá que o perspicaz escritor escreveu precisamente sobre o corpo astral. Vi-o pela primeira vez quando era ainda muito pequena, quando o meu irmãozinho morreu.

Ontem ainda bem vivo, agora dormia docemente, deitado sobre a mesa de madeira tosca sob um fino lençol branco. Os adultos, consumidos pela dor, andavam em silêncio e sussurravam entre si. Encolhi-me num canto e não tirava os olhos do corpo imóvel. De repente, do seu peito separou-se uma pequena nuvem branca e levemente oscilante, que se assemelhava a uma grande e bela borboleta.

— Avó, avó, o que é aquilo? — É a alma dele — respondeu Kim Pon-Ok sem surpresa, acariciou-me com a sua palma ressequida e virou-se para o lado.

Um conhecido, recentemente tornado curandeiro, contou-me o seguinte caso. Estava fortemente emocionado. — Ontem «trabalhei» com uma colega. Ela pediu-me para «remover» as consequências do stress — tinha passado por problemas sérios anteriormente. Sentou-se à minha frente, pedi-lhe para fechar os olhos e comecei a sugerir a esta simpática mulher que os seus problemas já eram passado, que o corpo se enchia de uma luz amarela e quente, que era imaterial e ascendia até ao próprio sol, e que a inveja, as intrigas e as fofocas saíam pelas pontas dos dedos dos pés do corpo comum como o rasto de um avião a jato. Quando a sessão terminou, disse à paciente que podia abrir os olhos. Ela não reagiu...

O curandeiro repetiu o pedido, já com um tom de comando. Novamente nenhuma reação — a respiração era regular, os lábios da mulher estavam firmemente cerrados, as pálpebras entreabertas... Com um esforço de vontade incrível, conseguiu finalmente interromper o sono invulgar. A mulher «acordou» e descreveu as suas sensações, coincidindo exatamente com as sugestões do curandeiro, mas depois disse que não queria voltar de lá.

Expliquei ao meu conhecido que a mulher estivera entre a vida e a morte. Se possuis o dom da sugestão, é fácil libertar o corpo astral, mas muito mais difícil é fazê-lo regressar. Quando trabalho com doentes, antes do início de cada sessão, antes de cada sugestão, «amarro» mentalmente tudo o que é visível e invisível, ou seja, o corpo do paciente ao local do nosso encontro. Só depois disso me permito continuar o tratamento.

Aliás, também me deparei com outro ponto de vista: durante o sono, em vez do seu próprio corpo astral, um astral alheio pode infiltrar-se no homem e, então, as consequências podem ser imprevisíveis. Dessas pessoas diz-se que as «trocaram». De facto, houve uma substituição.

Segundo os sábios orientais, o corpo etérico decompõe-se no 8.º dia após a morte do corpo físico, e o astral morre no 40.º. É precisamente nestes dias que se realizam os rituais dos povos eslavos. Não será esta uma coincidência estranha? E mais um complemento: se leu a Bíblia com atenção, descobrirá sem esforço vários casos em que Jesus conseguiu fazer regressar o corpo astral, mas apenas uma vez ele fez regressar o astral a si próprio. Esse dia é celebrado como a ressurreição de Cristo.

O corpo mental é composto pela matéria mais fina, tem forma oval e manifesta-se sob a forma de um contorno energético ou aura. Esta atraiu a atenção de Arseniy Medyakovsky no nosso primeiro encontro, embora eu esteja sinceramente convencida de que possuo outras virtudes. O tamanho varia de pessoa para pessoa. Entre os muitos fatores, os determinantes são a saúde moral e física do homem. As auréolas sobre as cabeças dos santos cristãos não são uma invenção dos iconógrafos.

Cada pessoa saudável está rodeada por um invólucro energético com uma largura de 50 a 100, 110 centímetros. A redução da proteção energética para 30 cm testemunha desvios óbvios no estado da personalidade e, com uma redução adicional da camada protetora, ocorre a

perda de consciência. Falaremos detalhadamente sobre a ligação entre o biocampo e o bem-estar no próximo capítulo, agora mencionarei algumas palavras sobre a cor da aura. Aliás, além dos videntes, as crianças pequenas também a veem maravilhosamente. Existe a expressão: esta pessoa atrai as crianças. Acontece que há uma razão para isso. Infelizmente, com o passar dos anos, a maioria das pessoas perde esta capacidade.

Nunca consegui forçar-me a tratar os possuidores de uma aura escura ou castanha. Estas cores são inerentes a pessoas más, invejosas e mesquinhas. As pessoas das artes têm uma aura azul-clara. A presença da cor verde mostra infalivelmente a existência de um dom curativo. A cor amarela fala de uma alta espiritualidade. Vi uma aura prateada apenas em redor da vidente búlgara Vanga Dimitrova. Aquilo nem sequer era uma aura, mas todo um fluxo, uma coluna de cor prateada. E apenas na cabeça da profetisa de Rupite, ali onde existe um trauma de infância não curado, escurece uma mancha preocupante.

O tamanho e a característica cromática da aura podem mudar dependendo do desenvolvimento físico e espiritual da personalidade. Mas não será correto imaginarmos o homem como um fardo de energia com as extremidades ligeiramente salientes — a aura. A energia não se distribui de modo algum uniformemente, ela acumula-se e transborda. Os antigos definiram 7 centros energéticos que regem a acumulação e a distribuição da energia. Chamam-lhes chakras. Os iogues representam os chakras como flores de lótus com um número exato de pétalas. No *muladhara* são 4, no *sahasrara* são milhares.

Se utilizarmos a tabela de «hierarquias», primeiro devemos encontrar o *muladhara*. Ele está localizado no final da coluna vertebral. O *svadhisthana* encontra-se na área dos órgãos sexuais, 2 *tsun* abaixo do umbigo. Segundo os chineses, um *tsun* é a distância igual à falange média do dedo médio da mão direita. Desta forma, cada um pode encontrar o seu próprio *svadhisthana*. O *manipura* encontra-se à mesma distância, só que acima do umbigo, na zona do plexo solar. É muito importante e não é por acaso que um golpe ali é tão perigoso. Se observar a técnica das artes marciais orientais, descobrirá que os golpes principais começam ao nível do *manipura*. O punho ou a palma parecem concentrar toda a energia do corpo humano, retirando-a do *manipura*.

O *anahata* encontra-se na área do coração e é inteiramente responsável pela sua atividade. O chakra que se chama *vishuddha* também está localizado na coluna vertebral, mas mais acima, em frente à glândula tiroide. O sexto chakra, *ajna*, está no centro do cérebro. Este é o nosso «terceiro olho». O homem possui clarividência apenas quando o *ajna* está aberto. E o último, o mais importante chakra, está localizado no topo da cabeça e chama-se *sahasrara*. Este lótus energético é representado pelos iogues com múltiplas pétalas.

Ao nascer, o homem recebe uma determinada carga energética e torna-se plenamente senhor do seu próprio destino. Ele pode gastar sem sentido as suas forças vitais, simplesmente matando o tempo e queimando a vida, ou pode acumular energia e até transmiti-la às pessoas que o rodeiam. Alguns cientistas acreditam que todo o nosso potencial de bioenergia se distribui e pulsa em três canais interligados: o físico, o sexual e o criativo. Além disso, os três não podem estar totalmente preenchidos — simplesmente a energia não chegará. A natureza também aqui se mostrou previdente: a felicidade está no movimento em direção ao Absoluto, e não no seu alcance.

Mesmo esta energia que circula no organismo distribui-se pelos canais de forma desigual: como regra, um deles domina. Se todos os desejos e forças de um homem são dedicados à criatividade, então não raramente ele esquece a necessidade de aperfeiçoamento físico e é indiferente à outra metade da raça humana. Quando as experiências amorosas estão em primeiro lugar, ocorre novamente uma redistribuição. Os leitores podem construir diferentes combinações e direcionar o volume de energia existente para os canais que preferirem.

E agora tentemos compreender o que a humanidade perdeu no caminho espinhoso do progresso. Na minha opinião, uma das perdas mais sérias é a dos instintos naturais. Reflitamos sobre a afirmação, à primeira vista paradoxal, do vencedor do Prémio Nobel Henri Bergson: «O intelecto caracteriza-se como uma incompreensão natural da vida. Inversamente, o instinto molda-se à forma da vida... Existem coisas que o intelecto é capaz de procurar, mas nunca encontrará. Apenas o instinto poderia descobri-las, mas ele nunca as procurará».

Mas será realmente tão grande hoje o abismo entre o intelecto e o instinto? Penso que a situação é ainda mais complexa. Entre os meus

conhecidos, mesmo entre os videntes, são muito poucos os que têm um canal intuitivo aberto, uma ligação direta com o subconsciente. Para fortalecer esta ligação, não são necessários esforços sobre-humanos. Basta apenas virarmo-nos para a natureza e despertar a memória dos antepassados. Isto não são apenas palavras.

Os índios do estado brasileiro do Acre preveem, sem a ajuda de computadores e satélites, as inundações iminentes, que nunca os apanham desprevenidos. Acontece que basta observar as formigas, nas quais surge uma inquietação várias semanas antes da catástrofe. Ao dotar a impercetível formiga com a capacidade de prever (aliás, o seu cérebro, se fosse convertido em microchips, ocuparia um armário inteiro), a natureza foi ainda mais longe — a totalidade dos instintos cria a Razão coletiva.

O gafanhoto perdido pode debater-se e errar a direção — ele esquece-a. O enxame nunca erra, age de forma coordenada; no ar levantam voo simultaneamente milhares de milhões de indivíduos e aterram simultaneamente sobre a areia ardente do deserto. Os ornitólogos têm os seus problemas: investigações recentes mostram que nem sempre à frente de um bando voa um guia muito experiente. Em seis de cada dez casos, o bando pode ser liderado por uma ave nascida apenas nesta primavera. Ela não pode conhecer os caminhos da migração. Precisará o bando de um guia? Um cardume de peixes encontra a saída do labirinto mais depressa do que um peixe muito experiente. E o que dizer do homem — cada um de nós é um pequeno Universo.

Enciclopedistas calcularam que a nossa «crónica genética» contém cerca de 30 mil milhões de letras. Até agora foram lidas pouco mais de 30 milhões — um milhão por ano. Se avançarmos para os enigmas da mente humana a este ritmo, precisaremos de muitos, muitos anos mais. Mas como os caminhos do intelecto são infinitos, o instinto pode facilitar substancialmente a nossa existência terrena, dando respostas prontas, receitas e fórmulas.

E mesmo se não for capaz de acordar sozinho, lembre-se dos índios do estado do Acre! Não esqueça também os nossos avós. O que faziam eles antes de se mudarem para uma casa nova? Soltavam um gato! Onde o gato se deitasse, ali se colocava a cama — o «sensor» de cauda nunca se enrolará numa zona geopatogénica. Os gatos têm um sentido para os perigos muito mais forte do que os seus donos.

E agora lembremo-nos de como as mulheres regressam da igreja com rostos felizes e iluminados após um serviço solene! Os idosos parecem ganhar um segundo fôlego no final dos seus dias. Este sentimento é incomparável e por isso as pessoas apressam-se repetidamente para o templo, não só para se purificarem espiritualmente, mas também para adquirirem novas forças para a vida.

Percorra mentalmente os templos que conhece e não encontrará nenhum construído numa zona baixa, porque o local para a construção de igrejas era sempre escolhido pelos clérigos num lugar alto, arejado e saturado de energia. Cada igreja corretamente construída parece emanar vapor — banha-se num poderoso fluxo de energia prateada. Este foca-se no centro da zona da igreja. Eles ofereciam abrigo e força. Infelizmente, só no tempo de Khrushchev, de 60 mil templos russos, dois terços foram destruídos. Não será esta uma das causas dos nossos atuais males e problemas? Mas Deus julgará aqueles que não sabem o que fazem.

Mas voltemos aos novos residentes e ao seu gato, àqueles que subconscientemente e sem erro escolhem os locais mais saturados de energia para a construção de um templo. Um papel semelhante pode ser desempenhado pelas chamadas «baquetas», com a ajuda das quais se podem indicar nascentes subterrâneas, depósitos de minério e minerais. Este ofício antigo é praticado ainda hoje. Só nos EUA, as sociedades de radiestesistas unem 35 mil operadores que possuem diplomas com três graus.

Os modernos buscadores realizam um trabalho prático sério — em nove de cada dez casos indicam sem erro os locais com nascentes subterrâneas. Hoje usa-se massivamente a chamada «vara» ou «quadro» — um fio de dois milímetros, dobrado em forma de letra «G», cujos lados estão na proporção 2:1. Com a ajuda deste simples aparelho qualquer pessoa pode (após um pouco de treino) investigar a sua habitação. Sem pressa, caminhe pelo apartamento, segurando firmemente no punho a parte superior da letra «G».

O quadro irá desviar-se ora para a esquerda, ora para a direita. Aliás, este pode ser substituído por um botão, uma esfera ou um brinco de âmbar pendurado num fio, que começarão a girar no sentido dos ponteiros do relógio ou no sentido contrário sobre os locais carregados de energia.

O nosso planeta está coberto por uma rede densa de zonas geopatogénicas, através das quais absorve energia do Cosmos ou emite a sua. Os nós da rede energética terrestre estão localizados de forma estritamente sequencial: do pólo norte ao pólo sul existe uma distância de dois metros entre eles, e de leste a oeste a distância é de 2,5 metros. Não é recomendável que uma pessoa permaneça muito tempo numa zona destas — hoje investiga-se a possível dependência das doenças oncológicas da influência dos nós energéticos.

Foram descobertas até «habitações cancerígenas». Há países em que os projetistas evitam zonas geopatogénicas e as colocam fora dos limites da habitação. Acrescento que um dano percetível só pode ser causado pela permanência constante num tal local. A mesa da cozinha pode ficar no lugar, mas a cama é melhor ser movida.

Pode-se objetar que existem habitações que são tão pequenas que as variantes para o rearranjo são mínimas. Mas há saída — é possível neutralizar a influência nociva. Para este fim, deve colocar-se sob o colchão um espelho, colofónia, âmbar, mármore, folhas de feto, alho ou castanhas.

Pensemos — qual é esta força que desvia o quadro? Hoje, não poucos investigadores sérios chegam à conclusão de que a causa não reside em forças misteriosas que atuam no quadro, mas no subconsciente humano. (Em meados do século passado, toda a Inglaterra se ocupava com o pêndulo mágico — um botão ou anel num fio fino. Muitos maravilhavam-se com o seu «dispositivo» simples e eficácia, sem suspeitar que os romanos chamavam a tal «aparelho» de adivinhação um odómetro.

Por isso, os movimentos inconscientes receberam a denominação de «ideomotores»). O buscador com o quadro sintoniza-se na frequência necessária, procura persistentemente a ligação com o banco de informação da Terra, recebe os dados necessários e, inconscientemente, através de uma série de movimentos ideomotores, influencia o quadro. Esta hipótese pode explicar muita coisa.

Por exemplo, de que forma o engenheiro Pluzhnikov, de Moscovo, consegue encontrar o seu anel, deixado algures num campo enorme. Quando a intuição funciona, quando o subconsciente se liga, então a forma como o conhecimento necessário é obtido não é tão importante.

O subconsciente faz também com que os meus dedos toquem no corpo do doente, embora nem sempre consiga identificar esses pontos com a terminologia chinesa. Mas passam um dia ou dois e o doente sente-se melhor. Não é por acaso que só se começou a falar seriamente do biocampo no início do século XX. Supõe-se que o século futuro passará sob o signo da bioenergética.

O conhecido cientista russo Gurvich investiga na sua monografia «Teoria do Biocampo» a radiação dos núcleos das células vivas no organismo. O fenómeno por ele descoberto é conhecido como os «raios de Gurvich». Décadas depois, Gulyaev e Godik registaram 7 tipos de campos físicos e radiações no organismo humano. Em 1972, foi oficialmente registada a descoberta de Kaznacheev, Shurin e Mikhailov, na qual se prova que não só os organismos vivos, mas também as suas células, podem estabelecer ligações eletromagnéticas entre si.

As células desenvolviam-se em câmaras absolutamente isoladas, mas podiam «trocar informação» através de paredes de quartzo, pelas quais penetravam raios ultravioleta. Quando as células propositadamente infetadas com um vírus mortal morriam numa câmara, passado algum tempo morriam também as células da câmara que não tinha sido infetada.

E volto novamente àquela encruzilhada fatídica, na qual a nossa civilização fez a escolha duvidosa de aperfeiçoar a vida social e as tecnologias em troca da alma e do corpo. Como reagirá o homem «civilizado» contemporâneo ao saber que, para a cor por ele definida como «vermelho», os maoris da Nova Zelândia têm 100 nomes, que significam diferentes tonalidades? Não me dá sossego também a língua primitiva em que falavam os construtores da torre de Babel. O Deus enraivecido retirou-lhes a língua única. E, na minha opinião, as pessoas simplesmente perderam a sua capacidade de intercâmbio bioenergético — a língua mais importante e acessível a todos da natureza viva.

Conheço há muito o vidente moscovita Safonov e as suas capacidades invulgares. Ele faz diagnósticos não só através de fotografias, mas também pela voz do paciente. Recentemente participou numa experiência invulgar — através da caligrafia de escritores famosos, ele deveria estabelecer não só os seus nomes, mas também a causa da sua morte. Tudo corria sem problemas.

— Mayakovsky. Tiro na cabeça. — Griboyedov. Ferido por uma faca no coração. — Pushkin. Peritonite. — Gogol. Morreu por asfixia.

E aqui o experimentador constatou com pesar que o vidente se enganara, porque se sabe que Gogol morreu de febre tifoide. A quem não acontece enganar-se? Mas Safonov não sossegou e a sua insistência foi recompensada com uma nova hipótese. Numa das edições das obras de Gogol, Safonov encontrou o testamento do escritor, onde este pedia insistentemente aos seus amigos e familiares que não o enterrassem até que surgissem no corpo sinais incontestáveis de decomposição — o clarividente Gogol pressentira que era possível ser enterrado vivo! Durante a trasladação das cinzas do escritor do mosteiro de Donskoy para o cemitério de Novodevichy, as suposições do vidente confirmaram-se.

Eis mais uma história incrível. Quando o filho do holandês Gerard Krause desapareceu, o infeliz pai recebeu a capacidade invulgar de encontrar infalivelmente crianças desaparecidas. Krause refletia longamente sobre cada tarefa que lhe era colocada pela polícia. Cada vez o processo de busca decorria de forma dolorosa — o vidente entrava em transe e atingia o esgotamento total, mas transmitia informação desenhada. Na difícil busca por Aldo Moro, raptado por terroristas, a Interpol recorreu à ajuda de Krause. O holandês aceitou e foi morto logo à chegada à capital italiana. Ao contrário de alguns cientistas, os terroristas não duvidavam das capacidades do vidente e preferiram não arriscar.

Estou convencida de que nem todos os 900 trabalhadores científicos presentes na experiência de Kulagina acreditaram na realidade do que aconteceu. Uma hélice colocada sob uma campânula de vidro começou a girar sob o olhar de Kulagina; sobre a mesa, ela deslocou um jarro de meio litro com água.

Passando por um ábaco invisível acontecimentos de há muito e atuais, impressiona-me a estreita interligação entre nomes e datas: pelas encostas da sua história, a humanidade recebeu inevitavelmente guias espirituais e videntes que ajudaram as pessoas a não se afundarem definitivamente na ignorância e nas trevas.

Buda, Moisés, Cristo, Maomé — são reencarnações humanizadas da Mente Superior, da Consciência Cósmica, do Absoluto. Ramakrishna e Vivekananda, Whitman e Lermontov, Nostradamus — é longa a lista de

profetas e videntes. Nós, por hábito, classificamos Júlio Verne e H. G. Wells apenas como escritores, mas o genial francês errou apenas em 10 das 108 previsões científicas, e em Wells revelaram-se corretas 77 das 86 previsões. Tudo isto dificilmente pode ser explicado apenas como coincidência.

Mas, infelizmente, ninguém é profeta na sua própria terra. O vidente de Kiev, Oblasov, descobre o «dispositivo biossistémico evolutivo único do mundo» e, um ano antes do acontecimento em Chernobyl, avisa sobre a explosão fatídica. Os funcionários não lhe prestaram atenção. Alguns deles rodavam demonstrativamente o dedo na têmpora.

UMA VEZ SOBRE AS FLORES,

AS ÁRVORES E A MEDICINA TIBETANA

«Não devemos dar ouvidos ao que nos dizem as flores.» **A. de Saint-Exupéry**

É inútil contar quanto trabalho e tempo me custou até encontrar uma verdadeira curandeira que não fosse charlatã. Encontrei-a numa das pequenas cidades da região de Vladimir. Anastasia Vasilevna vivia num pequeno apartamento numa casa enorme e, no dia do encontro, claramente não estava de bom humor — se antes de mim passara uma pessoa má ou se tivera de comunicar notícias desagradáveis a alguém, nunca cheguei a saber. Ela recusou-se a ouvir as minhas explicações apressadas. A minha chegada, a julgar pela reação dela, não lhe foi particularmente agradável.

— Apareceste? Então és assim! Só pensas em ti, pombinha. Como pudeste esquecer as flores? Plantaste-as em todos os parapeitos, e quem as vai regar por ti, ah?

Nesse momento, o sentimento de vergonha misturou-se com o espanto — quer dizer que não são apenas as desgraças e os problemas pessoais que habitam invariavelmente a minha alma perturbada, mas também a amargura das flores por mim domesticadas. Em minha defesa, direi que cuido regularmente das minhas flores, elas não adoecem e florescem vivamente.

Na minha infância, a minha avó, levando-me consigo para a floresta ou para o campo, incutia-me paciente e discretamente que nós, humanos,

não somos nenhuns reis da natureza, mas apenas uma pequena e nem sempre sensata parte dela, crianças desobedientes que não sabem o que fazem. Entre tudo o que é vivo e existente há uma ligação indissociável e profunda, porque na natureza são insubstituíveis tanto o pequeno escaravelho como as folhas caídas debaixo da árvore.

A natureza é um todo enorme. A avó dificilmente estaria familiarizada com o ensinamento de Vernadsky, mas a idosa coreana e o cientista mundialmente famoso partiam do geral, da natureza. E que Deus lhe dê paciência, porque se a taça transbordar, seremos varridos da face da terra em poucos minutos. Abram a Bíblia!

Desde o momento do surgimento da vida, a biosfera, como conjunto de tudo o que é vivo no nosso planeta, tem uma massa invariável. Tanto no Paleozoico como hoje, ela é de 1020 toneladas. Desaparecem, mudando gerações e espécies, peixes, aves e animais, mas a vida, na sua essência, tal como era, assim permanece. Mas nem sempre a igualdade quantitativa compensa as perdas qualitativas.

E hoje, folheando o Livro Vermelho de tudo o que foi aniquilado ou que está à beira da extinção, não consigo apagar da minha memória a policromia da minha infância — os campos, os rios, as florestas — perfumados, inebriantes, cheios de calor e luz. Encontro tais lugares cada vez mais raramente, embora tenha tido de viajar muito e sobrevoar os espaços infinitos do meu país. Apenas o cuidado, até a ternura pelo vivo, pode salvar o planeta. À frente de cada trator ou escavadora deveria caminhar obrigatoriamente um cientista. E não existe outra alternativa.

O processo de poluição e destruição atingiu tal grau que existe um projeto para transferir edelvaises dos Alpes para as montanhas da Nova Zelândia. Receio que as previsões dificilmente tranquilizem os verdadeiros amantes da natureza, e isto é consequência da nossa atitude impensada e mecanicista em relação à biosfera. Em França, os agricultores utilizam todos os anos um milhão de toneladas de cálcio sob a forma de fertilizantes químicos e mais meia tonelada de fertilizantes orgânicos, de origem natural.

Mas na colheita anual encontram-se cerca de três milhões de toneladas de cálcio. De onde vem essa meia tonelada excedente? Acontece que no solo há cálcio suficiente, ou seja, utilizamos um elemento já naturalmente

depositado na terra. Na prática dos agroquímicos há demasiadas coisas perturbadoras e, por vezes, uma confusão total.

Com o desenvolvimento da tecnologia, utilizar-se-ão cada vez mais ervas e plantas, por si só um mundo ainda não totalmente decifrado. Recentemente, no Japão, gozam de grande popularidade os perfumes fabricados com um alto teor de óleo de lavanda. Inicialmente, notaram que as secretárias e dactilógrafas que utilizavam os perfumes cometiam menos erros. Encomendas de novos produtos foram feitas por empresas de eletrónica e companhias de transportes rodoviários. O cheiro da lavanda elimina o cansaço e acelera as reações. E isto é apenas uma flor!

Os curandeiros tibetanos dedicavam muito tempo ao estudo do reino vegetal. E passavam sob a sua abóbada não como conquistadores orgulhosos, mas como súbditos humildes. O «Gyud-Zhi», o mais sábio e misterioso tratado em quatro volumes, baseia-se nos meios naturais, que são mais eficazes do que todos os substitutos e, além disso, não causam qualquer dano ao homem. No arsenal dos curandeiros tibetanos havia mais de mil plantas medicinais, 114 minerais e 150 tipos de matérias-primas de origem animal. Para mim, as mais importantes e compreensíveis nesta tesouraria são as ervas e as flores. O seu sentido oculto revela-se apenas ao investigador persistente e paciente. As flores têm não só qualidades mágicas, mas também um caráter romântico.

Dificilmente todos saberão que, no cristianismo, a rosa simbolizava pureza e fidelidade. A Virgem Maria é representada no jardim do Éden entre arbustos de rosas. A lenda antiga diz que o arcanjo Gabriel teceu para a Virgem Maria coroas de rosas brancas, amarelas e vermelhas. A primeira simbolizava a sua alegria, a segunda a sua glória, a terceira o seu sofrimento. A rosa vermelha na consciência dos crentes associa-se ao sangue do Cristo sofredor. As rosas brancas são as flores de Madalena, porque perderam a sua cor devido às lágrimas de arrependimento e esperança derramadas sobre as suas pétalas.

As margaridas são símbolo de inocência. Certa vez, durante a noite, a Virgem Maria admirava o céu estrelado e desejava que a terra fosse também assim adornada. O milagre aconteceu — as estrelas refletiram-se nas gotas do orvalho da meia-noite e, ao amanhecer, a terra estava coberta de margaridas.

Durante a Revolução Francesa, os apoiantes do monarca deposto iam para a guilhotina com cravos espetados nas lapelas. Desde então, o cravo ostenta o nome de «flor do terror». Eu não sinto sentimentos malignos por esta flor inofensiva, mas não posso esquecer que, precisamente antes da doença de Alek, me ofereceram um luxuoso ramo de cravos amarelos — uma coincidência estranha e rara. As flores em si não são culpadas pelas nossas desgraças e infortúnios — elas são apenas símbolos do bem e do mal em certas mãos (limpas ou nem tanto) e, tal como a erva comum, podem trazer a salvação ou a perdição.

Não é por acaso que nos templos do Oriente são representados um homem e uma mulher, estreitamente abraçados. Alguns veem nesta união um amor sensual, mas na prática é um símbolo da união entre o conhecimento e a justiça. Esta é a base para alcançar a perfeição em qualquer obra, e para os curandeiros ela é obrigatória. O caminho é multifacetado. Preparavam-se medicamentos não só de ervas e flores, mas também de ouro, pedras preciosas, turquesa, coral, cobre e até mercúrio.

Os curandeiros tibetanos fabricavam os medicamentos como pós, pílulas, infusões, papas e óleos imediatamente antes do uso, individualmente para cada doente. Um dos princípios fundamentais da medicina oriental — trata-se o doente, não a doença. E talvez por isso o efeito fosse surpreendente. Particularmente importante era também o momento da toma dos medicamentos — antes, depois ou durante a refeição. Estão descritas as dificuldades enfrentadas pelos farmacêuticos europeus ao tentarem copiar a metodologia dos lamas tibetanos.

Mas a medicina oriental não é tanto um conjunto de meios medicinais, quanto um modo de vida e de pensamento, uma filosofia, cujo estudo antecede largamente a receituária. Um dos medicamentos produzidos hoje no Oriente contém 153 componentes: pó de corno de bode montês, cabeças de peixe secas, infusão de leite e outros cento e cinquenta elementos invulgares.

No Oriente, ainda hoje são especialmente valorizadas as vísceras de cobras venenosas, os ossos de leopardo, e a indispensabilidade nas receitas do pó de corno de rinoceronte levou à aniquilação quase total deste animal africano. Mas, por mais complexo que seja cada medicamento, ele visa restaurar o equilíbrio interno do organismo e o seu alinhamento orgânico em sincronia com a natureza. Segundo os cânones antigos, cada um de nós

tem várias fontes, várias nascentes de vitalidade. A primeira delas controla o movimento do sangue, a respiração e a força vital («chi» ou «qi» — daí «qigong»).

A segunda visa a troca de calor, a digestão, e a terceira determina as características estruturais do organismo humano, o seu crescimento, o peso, os traços hereditários. Como se vê, resulta num sistema bastante complexo e interligado de representações sobre o homem e os seus órgãos mais importantes.

O «Gyud-Zhi», que significa «O Coração do Néctar, as quatro bases de oito ramos da teoria especial», apresenta o ensinamento sobre os oito objetos: o organismo do adulto, as mulheres, o organismo infantil, os sujeitos nervosos e histéricos, úlceras e feridas, envenenamentos e venenos, o organismo idoso, a manutenção e o fortalecimento do homem na velhice profunda. Mas no «Gyud-Zhi» não encontrará receitas e recomendações prontas; elas estão codificadas, ocultas ao olho comum e às mãos inexperientes.

Tente, por exemplo, interpretar esta frase do tratado: «...subitamente o rei adoeceu e os cortesãos puseram-se a correr...». No código tibetano de regras medicinais, o «rei do organismo, o esteio da vida e da idade» é o coração. E os cortesãos são o sangue, a linfa e outros órgãos. Os cinco pequenos lobos dos pulmões são designados como dedos maternos segurando uma criança, e a cortina branca é a parte branca do diafragma torácico-abdominal. O fígado é uma montanha com picos afiados, e os rins direito e esquerdo lembram homens robustos com as mãos cruzadas atrás das costas. O caldeirão para preparar a comida é o nosso estômago. E a bílis é chamada pelos sábios tibetanos de forma bastante romântica — um saco de ouro pendurado no fígado. Mas, como na vida, o ouro verdadeiro mistura-se com todo o tipo de impurezas.

Milhões de pessoas na terra sofrem de cálculos biliares; a medicina tibetana aconselha a tratar a bílis e o fígado e a extrair as pedras através de uma infusão de amor-perfeito. Ajudam também os sumos de rábano, salsa, beterraba e cenoura. Os homeopatas asseguram que, nestas doenças, a celidónia e a beladona são insubstituíveis. Avicena recomendava que de manhã, durante meio ano, se tomasse uma colher de azeite e a mesma quantidade de mel e sumo de limão.

Entre os povos caucasianos utiliza-se outra «receita» — de manhã colhem um limão da árvore, juntam ao sumo uma colher de chá de bicarbonato de sódio e bebem-no. O Doutor Walker, no seu livro «Sumos de Vegetais Crus», recomenda substituir a comida por sumos de dente-de-leão, toranja, beterraba, cenoura e salsa. Apenas esta enumeração sublinha a complexidade do tratamento das doenças biliares. As particularidades da composição das pedras dependem diretamente da qualidade da água que o doente consome.

Trato esta doença da seguinte forma: o doente bebe sumo de limão misturado com óleo, o que provoca uma secreção intensa de sucos biliares. O paciente faz previamente exercícios físicos simples — inclinações para a esquerda. Depois chega a vez do biocampo — concentro a minha vontade, expando os canais da bílis, especialmente aquele que conduz ao duodeno, e mentalmente «despejo» as pedras da bílis como se fosse de um saco. Para a saída livre da bílis, ajuda o saco de água quente, sobre o qual o doente deve deitar-se durante 4-6 horas. Depois disso, é necessário um clister e em breve as pedras saem pelo ânus de forma indolor, de forma amolecida. Para a remoção das pedras e a redução de possíveis processos inflamatórios, recomendo uma infusão de açafrão, absinto, íris e celidónia. Este modo de tratamento só pode ser praticado por um vidente experiente.

O biocampo é uma força misteriosa e terrível, que pode causar males irreparáveis e acalmar qualquer dor. E surge novamente a questão da ética do curandeiro, da inadmissibilidade da charlatanice, dos perigos para o próprio vidente. Poderia citar não poucos exemplos em que videntes principiantes se expõem a perigos graves. Eles não conseguem proteger-se das doenças dos pacientes ou não dominaram totalmente os métodos de recuperação do próprio potencial bioenergético. Para mim, a melhor forma de «recarregar» é um passeio na floresta.

Entre as pessoas existem há muito crenças «florestais» — se te dói, abraça um choupo-tremedor, ele levará a tua dor. E na perda de forças ajuda o carvalho — ele partilhará generosamente contigo a sua enorme reserva de energia. E quanto mais estudarmos a floresta, mais ela revelará novas e novas páginas. Já ouviram o seguinte enigma? «Está uma árvore verde. Tem quatro dons.

O primeiro — saúde para os doentes; o segundo — luz para as trevas; o terceiro — roupa para a miséria; e o quarto é para as pessoas boas um

poço». É a bétula. Ela é incrivelmente resistente e vital. Colocaram ramos numa câmara com temperatura de -273° C. Passado algum tempo, os ramos fustigados pelo frio cósmico ganharam vida. Na parte sul da Primorye cresce a bétula «de ferro» — ela não cai nem com machado, nem com bala. A madeira de ferro afunda na água. A bétula (em latim *betula*) é a única árvore no mundo com casca de um branco vivo. A betulina organicamente colorida confere à árvore singularidade e encanto. Numa floresta de bétulas há cem vezes mais prata do que nos maciços mistos comuns. Devo acrescentar que os micróbios têm particular dificuldade em proliferar perto da bétula.

Lugar significativo nas curas populares é dedicado às lágrimas das árvores coníferas que curam as feridas humanas. O discípulo de Platão e Aristóteles — Teofrasto — dedicou ao pinheiro uma secção inteira do seu «Investigação sobre as Plantas». «Se o inverno for moderado — lemos no tratado de Teofrasto — a resina será muita e boa. Se o inverno for rigoroso, a resina é pouca e pior. A melhor e mais pura resina obtém-se dos lugares iluminados pelo sol. A resina dos lugares sombreados é escura e amarga».

Na Rússia, o choupo-tremedor é chamado de «árvore de Judas» — provavelmente devido às folhas que tremem mesmo sem vento. A madeira do choupo-tremedor é macia, branca e leve. Quando seca, é resistente aos vermes e é especialmente adequada para o fabrico de barris, calhas e baldes. A lenha de choupo-tremedor limpa as chaminés, e a forragem de ramos aumenta a produção de leite das vacas e o crescimento dos vitelos.

No «Guia Completo de Ervas Medicinais», publicado em 1871, a utilização medicinal do choupo-tremedor é descrita da seguinte forma: «Os gomos, colhidos antes do desenvolvimento das folhas, são resinosos e têm um sabor amargo. Eles suavizam e atenuam as dores. Utilizam-se como infusão em casos de diarreia normal ou com sangue, em constipações e dores nas extremidades. O sumo extraído da árvore cura líquenes e verrugas».

Da experiência das gerações passadas, recorda-se também este conselho: o melhor é abater as árvores em dezembro. Neste período, a madeira é menos propensa ao apodrecimento, é forte e elástica. Na revista do século passado «Artesão Russo», indica-se que árvores cortadas no mesmo local, mas em tempos diferentes, têm qualidades distintas — a melhor para mobiliário e material de construção é a árvore de «dezembro».

Mas a melhor árvore é a árvore viva. Ela compensa-nos com juros pelo trabalho, pelos nervos e pelo reboliço humano. A árvore, tal como o homem, é parte integrante do mundo. Quando o caçador do povo Komi para debaixo de uma árvore para descansar, pede permissão à árvore e promete não lhe causar mal.

A ESPERANÇA CHAMA-SE OLGA

Se algum dia eu tiver um inimigo jurado, não lhe desejarei doenças, desgraças ou outras infelicidades. Apenas lhe pedirei que viva os cinco anos de desespero e falta de esperança, dia após dia e hora após hora, tal como eu os vivi, tentando lutar contra a grave enfermidade do meu único filho. Onde não estivemos com Alik! Quem não o examinou! Conheci todos os curandeiros famosos bálticos, ucranianos, moldavos e dos arredores de Moscovo.

Alguns apenas se compadeciam de nós, outros recusavam imediatamente, outros prometiam profundamente ajudar... Compreendia eu com quem estava a lidar? Na maioria dos casos — sim. Mas, mesmo ouvindo conselhos sem sentido, no fundo da minha alma eu ainda tinha esperança. Só me compreenderá quem, pelo menos uma vez, se tenha estado a afogar sem ter à mão nem sequer uma palha. Não é em vão que se diz que a esperança é a última a morrer. Sempre que me despedia de tais «curandeiros», lamentava não pelo dinheiro, mas pelo tempo perdido. E sentia pena por aquelas pessoas. Agora penso — terá valido a pena tudo isto?

A nossa vida seria monótona e sem alegria sem o mágico «uma vez». Mais do que uma vez ele mudou o meu destino. E assim — uma vez, em 1983, li uma nota de jornal sobre Vanga. Na altura, a profetisa búlgara já era conhecida em todo o mundo, mas até nós os relatos incríveis sobre Vanga chegavam apenas em artigos lacónicos, notas e comentários pseudocientíficos. Provavelmente, os governantes daquela época acreditavam seriamente que as histórias de milagres comuns não eram necessárias aos cidadãos de um país de «socialismo desenvolvido».

Seja como for. Soube da existência do «fenómeno búlgaro» e escrevi imediatamente uma carta a Vanga com um pedido para nos receber com Alik. Da Bulgária, a resposta tardou a chegar. Eu não compreendia e, na altura, não podia imaginar quantas, milhares de cartas amargas e terríveis,

chegavam à pacata cidade de Petrich. E cada um pensa que a sua dor é a maior. Seguramente, essa é a verdade. Passaram-se quase dois anos quando o telefone tocou de forma promissora.

— Olá. Chamo-me Olga e venho da Bulgária.

A esperança com o nome Olga veio visitar-nos em fevereiro de 1985. O destino reunira o pai de Olga Garvanska com Vanga. Olga teve sorte — também estava lá e a sábia vidente notou-a imediatamente entre os muitos visitantes. Mais ainda: Olga tornou-se discípula de Vanga. Para alguns, estas lições seriam suficientes para toda a vida, mas a «ingrata» Olga absorvia avidamente cada nova linha do livro infinito da sabedoria popular. Os relatos sobre as minhas capacidades trouxeram até mim a discípula de Vanga. Tente depois não acreditar em «leis desconhecidas», não acreditar no Destino!

Olga estudou comigo durante pouco tempo. Exatamente o tempo necessário para absorver rapidamente centenas de segredos da medicina popular coreana, tibetana, chinesa e russa. Dificilmente ensinei alguém com tanto desejo, sabendo que nas entranhas ruidosas da máquina burocrática nascia, naqueles dias, o «convite» para eu ir à Bulgária. Ter com Vanga.

Em julho de 1985, o presidente da câmara da mesma Petrich, para onde outrora enviei a minha carta desesperada, encontrou-nos em Sófia e levou-nos para onde as fronteiras da Jugoslávia, Bulgária e Grécia se unem — no vale de «Rupite», entre Petrich e Sandanski, que é famoso pelas suas fontes térmicas e minerais curativas.

A primeira coisa que me impressionou junto à casa de Vanga foram as grandes multidões. Pensei imediatamente — poderei eu algum dia chegar a Vanga através desta multidão de pessoas infelizes e sequiosas de cura? Compreendendo o meu estado, Olga disse calmamente: «Tu não és apenas uma requerente, mas também uma colega». Realmente não tivemos de esperar muito, mas consegui observar as pessoas em redor da casa de Vanga e o vale abrasado pelo sol que carregava cuidadosamente a casinha na sua enorme palma. Tentava imaginar também a invulgar anfitriã, quando subitamente, sobre a multidão ruidosa, ecoou uma voz forte, com uma aspereza rural:

— As duas mulheres da aldeia... Venham cá!

Uma das mulheres chamadas estremeceu e apressou-se para o portão, enquanto a outra falava animadamente e não ouviu o chamamento.

— Eu disse — as duas mulheres!

A mulher que tinha partido voltou imediatamente, agarrou a amiga pela mão e puxou-a atrás de si enquanto lhe dizia algo zangada. E Vanga acalmou-se e disse:

— Sei por que vieram, sei. Ide àquela árvore e colhei as suas folhas. Então as vossas dores acabarão...

Quando chegou a minha vez, abri o portão e, logo após a porta se fechar atrás de mim, ouvi a voz severa de Vanga:

— E eis que agora vem uma coreana. Chama-se Lyudmila Kim e tem 44 anos. Cura as pessoas como a Juna. Ah, vamos ver qual delas é mais forte?

Novamente me assustei, sentia como se a terra desaparecesse debaixo dos meus pés e, em vez do caminho da aldeia, debaixo de mim estivesse o enorme prato de uma balança invisível. Mas foi apenas um instante, impercetível, vertiginoso e infinitamente longo. Neste primeiro encontro com Vanga, eu apressava-me a fazer-lhe apenas uma pergunta: pode Alik ser curado?

— Sim.

Pela primeira vez após centenas de noites, adormeci profunda e calmamente. Era como se, segundo um velho costume, me tivessem banhado no orvalho da manhã, como se tivesse nascido de novo. Vanga tornou-se a minha segunda mãe...

Depois de me acalmar, Vanga começou a falar com Olga sobre conhecidos comuns, sobre problemas da vida e subitamente, após refletir um pouco, disse:

— É bom que compres um carro. No caminho não te espera nenhuma desgraça. Vejo-te num Lada (*Zhiguli*) branco, modelo cinco.

Honestamente, não prestei muita atenção às palavras de Vanga. Estava mergulhada nos meus pensamentos e só me lembrei delas em Moscovo, quando ajudava Olga na compra de um «cinco» novo e branco

deslumbrante — o serviço automóvel da capital não nos deixou outra escolha.

Houve um tempo em que Vanga recebia até 120 000 pessoas por ano. Mas os anos não levam apenas o que lhes pertence... Levam também de nós, retirando forças, saúde, juventude. Mas isto parece não afetar as pessoas exaustas e sem fé que, de todas as partes, se apressam para ver Vanga. E ela, esforçando-se, acena novamente com a cabeça — entrem. Com quem não se terá ela encontrado, com quem não terá conversado, com o que não terá ela intrigado os seus convidados.

A Carter previu um mandato presidencial, a Indira Gandhi — dois. Disse aos seus vizinhos a data exata do início da Segunda Guerra Mundial e viu os males atuais da humanidade muito antes da catástrofe ecológica ou da invasão do terrível vírus da SIDA. Os especialistas calcularam que de cinco profecias de Vanga, quatro cumprem-se. Estou certa de que esta percentagem é mais elevada, porque ela frequentemente não explica o sentido das suas palavras. Por vezes, ela própria não as compreende — a verdade chega a Vanga pelos seus próprios caminhos.

E, no entanto, tinha razão o Pequeno Príncipe do conto cristalino de Saint-Exupéry: «As palavras apenas nos impedem de nos compreendermos. Só o coração é capaz de ver. O essencial é invisível aos olhos». A sabedoria destas palavras, à primeira vista comuns, só pode ser compreendida por quem experimentou a dor das perdas reais e a alegria do novo, por quem, pelo menos uma vez na vida, viu Vanga. A mim, essa felicidade foi-me concedida mais do que uma vez...

— Não me sinto muito bem — disse Vanga no nosso primeiro encontro. — Tenta ajudar-me...

Aproximei-me. Lentamente «aqueci» o corpo, depois concentrei-me nos órgãos mais fracos — a minha paciente estava na casa dos oitenta — não era brincadeira. Após alguns minutos Vanga parou-me, repetindo várias vezes: «Bem, bem...» Depois chamou o seu sobrinho Ivan.

— Vê o que ele tem.

Não era preciso procurar muito pelas inflamações. O inchaço estava no esófago, num local conveniente e acessível. Concentrando toda a minha vontade, mentalmente «puxei» o inchaço e queimei-o num jato de energia

— talvez seja assim que se possa explicar, com termos comuns, o que fiz ao familiar de Vanga. Mas, na verdade, tudo isto, como compreendem, é muito mais complexo. A Vanga não é preciso explicar nada. Ao perceber o que aconteceu, levantou-se da sua poltrona, abraçou-me e colocou-me no seu lugar:

— Agora és para mim como um familiar, como uma irmã. Vem ter comigo quando quiseres. Em setembro, lembras-te? Traz-me as roupas do teu filho, unhas e cabelos e um frasco com água de Moscovo...

Não consegui ir. Naquela altura, alguém importante e influente entre nós achava seriamente que para os meros mortais era desaconselhável viajar duas vezes no mesmo ano para o estrangeiro — tudo poderia acontecer. Por isso, cumpri o pedido de Vanga através de outras pessoas — durante um mês inteiro, numa estafeta de misericórdia, de umas mãos boas para outras, viajou um frasco com tampa de plástico, a camisola do meu filho, uma madeixa do seu cabelo e cortes de unhas.

À ESPERA DO MILAGRE

Passado um mês, com a encomenda que regressou da Bulgária, recebi as instruções rigorosas da curandeira: as unhas e os cabelos deveriam ser enterrados na terra, depois deveria banhar a criança com água, recolhê-la e também enterrá-la. Passado um ano deveria estar em Petrich com Alik.

Ao cumprir tudo isto, lembrei-me do antigo costume popular para remover verrugas (um dos 12 que conheço): uma batata comum é cortada em quatro partes, esfrega-se com ela o local afetado, depois junta-se tudo num nó num lenço e enterra-se na terra. Assim que a batata apodrece, desaparece também a verruga. A enfermidade de Alik, contra a qual Vanga lutava, era incomensuravelmente mais complexa e perigosa e, no entanto, os métodos de atuação assemelham-se.

No tempo determinado, numa tarde límpida de setembro, chegámos à Bulgária. Mal cruzámos o limiar da casa de Vanga, ouvi um suspiro amargo:

— Oh, que horror! Por que sofre assim a criança? Nada, nada... Vem para junto de mim.

Observei tensa como a criança, até então chorosa e caprichosa, se aproximou obedientemente de Vanga e a abraçou. Vanga tocou no seu cabelo despenteado e acariciou-lhe a cabeça. Depois empurrou-o levemente: vai! Compreendi que a sessão tinha terminado.

Mas independentemente das suas capacidades curativas, Vanga é sobretudo um profeta, um oráculo. Através da sua voz, tanto o passado como o dia de amanhã conversam com a humanidade. Por mais frequentes que fossem os meus encontros com Vanga, cada encontro transformava-se simultaneamente num feriado e num mistério. Uma vez perguntou-me:

— A tua mãe está viva?.. — Sim. — Bem. E quem veio contigo então?

E Vanga descreveu detalhadamente a mulher que, como ela disse, estava atrás do meu ombro direito.

— Mas essa é a minha avó.

Kim Pon-Ok, naquela altura, estava morta; nunca falei de Vanga sobre ela e, no entanto, a minha mentora descreveu tanto o rosto como as roupas e as mãos da minha companheira invisível.

— Tu és protegida por São Jorge (*Georgi Pobedonosets*), não és? — perguntei a Vanga, aproveitando um momento oportuno num dos nossos encontros. — Viste-o? Bem! E a ti, nesta vida, ajuda-te São Nicolau (*Nikolay Ugodnik*) e a mesma mulher que uma vez veio contigo.

A clarividência e as previsões de Vanga não podem deixar de surpreender até aqueles que parecem já estar habituados a elas. Uma vez, ao ouvir os passos de um dos seus guarda-costas, Lyubcho, Vanga perguntou: pode ajudar-se? Respondi que os rins dele precisavam de «reparação». Vanga assentiu — sim, bem. Passado um pouco disse: «Lyubcho, os teus rins apanharam frio quando te deitaste na neve sem estender nada por baixo... Estavas a arranjar o carro...» E nomeou o local e o ano... Dificilmente esquecerei o olhar de espanto do rapaz.

Devo dizer que, até há pouco tempo, durante o dia habitual de atendimento de Vanga, rendiam-se dois turnos de guarda-costas — tão enormes são os esforços que ela suporta. Isto começou a 3 de outubro de 1967, quando Vanga, segundo as suas palavras, «entrou para o serviço do Estado». Em Rupite, foi construído um hotel para os visitantes. No

conselho municipal, foi criado um serviço especial que regista os interessados no atendimento. Foram nomeados guarda-costas, cozinheiros, uma governanta. E se com os guarda-costas me entendi logo, com as cozinheiras tinha discussões constantes — como pode uma pessoa idosa ser alimentada com comida tão gordurosa? Por enquanto, os meus protestos não ajudam muito. Lentamente, a fila de espera pelos vaticínios vai diminuindo.

Esta simpática jovem dificilmente poderia prever as consequências de um exame médico banal. Acabava de concluir o instituto, entrava para o trabalho e um dos médicos solicitou uma imunização adicional. A agulha da seringa atingiu um nervo e a jovem cegou. As suas pernas ficaram paralisadas. Trouxeram-na ao colo até Vanga.

— Daqui a dois anos voltará a ver e, daqui a cinco, poderá também andar.

Aconteceu que eu estava com esta jovem quando ela recuperou a visão. Aprendia novamente a andar, apoiando-se em cadeiras. Os pais dela montaram corrimãos nas paredes e assim tudo correu melhor. Não duvido de que irá curar-se; visito-a não por mera curiosidade ou compaixão. Depois de Vanga lhe dar esperança, disse: «A Lyuda vai ajudar-te». Tente não cumprir o pedido de Vanga! Na maioria das vezes ela faz assim — prevê o que está destinado à pessoa viver e especifica imediatamente quem pode ajudá-la ou, pelo menos, aliviar o seu fado.

Vanga propõe-se curar apenas os casos mais graves. E eles não são poucos. Por mais sacrílego que seja, Vanga tem até um plano que lhe é «enviado» de cima. Muitas vezes discuti tanto com membros do governo búlgaro como com outros funcionários importantes: como podem tratar assim um orgulho nacional?

— Não sabemos quanto tempo ela viverá ainda. Que a Bulgária receba de Vanga o máximo possível...

Uma vez Vanga disse-me: nunca uses óculos. Por enquanto não me queixo, mas se a minha visão enfraquecer, não sei se terei forças para quebrar a sua proibição.

Na minha terceira ida a Rupite, Vanga elogiou-me por já conseguir curar as pessoas sem mãos, apenas com o olhar. Vanga não deu motivos

para duvidar das suas palavras e, em breve, os pacientes moscovitas experimentaram em si mesmos a forma, até então invulgar, de atuação. Mas, por vezes, ainda tenho de «acenar» com as mãos: caso contrário, a pessoa não acreditará que a curaram. Vanga sente perfeitamente os meus «esforços», e eles são necessários cada vez com mais frequência.

A 9 de julho de 1990, todos os familiares de Vanga reuniram-se na sua casa. Lamentavam que a anfitriã não estivesse bem, não quisesse tratar-se, a tensão subira para 200 e dificilmente Vanga recuperaria. Sem ouvir estas conversas, entrei no quarto de Vanga e instalei-me silenciosamente num canto. Reuni toda a minha experiência e toda a minha força e comecei a trabalhar. Passada uma hora, Vanga levantou-se e começou a receber pessoas. Fez-me sinal para ficar junto dela. Mais adiante falarei sobre esta colaboração invulgar com Vanga.

OS MAGOS NÃO SE TEMEM
DOS PODEROSOS SENHORES

«— Por que não lhe disseste que o esperava uma desgraça? — Daquilo que o destino decretou, não se pode fugir.» **A. Kuprin, «Olesya»**

Dificilmente a razão humana se conformará com o Inevitável. Estou convencida de que também Vanga tentou, mais de uma vez, medir forças com o Destino. Agora ela não faz tais tentativas. Nem mesmo por pessoas próximas e queridas. Ela não avisou o seu marido, que partia para a frente de batalha, sobre o que o esperava. Apenas lhe pediu — protege-te da água. Muitos dos soldados que regressaram a casa ficaram depois doentes durante muito tempo. Verificou-se que, quando não encontravam água de nascente, eram forçados a beber dos pântanos.

Olga Garvanska é uma das poucas que pode orgulhar-se da amizade de Vanga. A vidente de Petrich tratava a sua discípula com carinho e ternura, mas amava ainda mais a irmã de Olga — Emilia. Emilia possuía o dom da clarividência, grandes capacidades curativas e um coração bom. E se não fosse o trágico incidente, talvez com o tempo ela se tornasse a sucessora espiritual de Vanga.

Uma vez, ao despedir-se dela, Vanga disse: — Por favor, depois de amanhã não saias de casa. — Porquê?

Vanga não respondeu. Emilia não perguntou mais nada, mas cumpriu o conselho, sabendo que Vanga nunca fala por falar — em cada palavra sua deve procurar-se um sentido profundo e uma revelação. No dia indicado por Vanga, Emilia não sai de casa. Ali o seu filho encontrou-a. Emilia jazia junto ao sofá com um ferimento terrível na cabeça.

Saberia Vanga da desgraça que espreitava Emilia? A pergunta é supérflua. Vendo a sombra negra, quase resignada com o predestinado, Vanga tentou ajudar, pensando que os perigos espreitavam na rua e que, se a porta se trancasse, talvez eles passassem por Emilia. Muito mais tarde soube por amigos búlgaros que a discípula de Vanga executara por mais de uma vez tarefas importantes e perigosas. Acidentalmente soubera que o seu chefe direto trabalhava para um serviço de inteligência estrangeiro. Ele percebeu que fora descoberto e, temendo o castigo, tentou livrar-se da testemunha perigosa, mas após alguns dias ele próprio partiu com os dentes a ampola de veneno.

Geralmente Vanga não interpreta as suas previsões, pressupondo que quem tem ouvidos, ouvirá. As exceções são muito raras e, por isso, interessantes. Em 1986, um conhecido escritor búlgaro chegou a Rupite. Escrevera um livro sobre Orfeu, mas sempre uma ou outra circunstância impedia a sua publicação.

— E tu o que queres? — disse-lhe Vanga. — O livro deve ser reformulado. Nele há muitas imprecisões. — Quais, por exemplo? — Como pôde Orfeu, após um naufrágio, após duras errâncias no deserto, chegar à cidade quase em trajes de festa? Primeiro, muda a roupa do teu herói. Segundo...

Preciso de dizer que o escritor atónito cumpriu quase literalmente tudo o que foi dito por Vanga e, pouco depois — fosse pela maior veracidade ou

por outra razão — o livro acabou por ser publicado. O autor ofereceu-me um exemplar com uma dedicatória. Contou-me este episódio da vida de Vanga. Aliás, não consigo compreender por que razão, nas lendas, Orfeu ficou apenas como um cantor de enorme força.

Nas informações que chegaram até nós diz-se que Orfeu, que viveu no século XIII a.C. nos Rodopes, alcançou a sabedoria suprema e recebeu conhecimentos secretos junto dos sacerdotes egípcios em Carnac e Luxor. E até ao dia de hoje existem ali representações suas. Orfeu celebrizou-se também com cânticos mágicos sobre as propriedades curativas das pedras e ervas dos Rodopes.

Sempre que estou na Bulgária e me encontro com os meus colegas — e este pequeno país é generosamente dotado de curandeiros —, percebo cada vez mais claramente quão profundas são as raízes da medicina popular e quão grande é a responsabilidade dos curandeiros contemporâneos. Sobre isto falou Vanga mais do que uma vez, sublinhando que ninguém tem o direito de viver a sua vida na terra de forma insignificante. Desperdiçá-la em pequenas preocupações e conflitos vãos é um dos maiores pecados perante a Mente Cósmica, que é «responsável» por carregar a nossa civilização e observa continuamente o seu desenvolvimento.

Quão frequentemente o homem se verga perante uma única dor, perante uma mágoa profunda — as pernas cedem e o mundo apaga-se. Mas esta búlgara tem forças e coragem para viver tanto as suas tragédias como as de milhares de outros seres humanos, as perdas irreversíveis e as tragédias futuras que pairam no ar.

Uma luz profunda e encantadora ilumina o rosto de Vanga quando ela comunica notícias alegres, mas as suas rugas tornam-se amargas e os lábios apertam-se com mais dureza perante eventos tristes e graves. Na casa de Vanga, vi o quadro «Cristo com os seus discípulos no grande campo». A sobrinha de Vanga, Krasimira Stoyanova, descreve a história invulgar deste quadro. Há muito tempo, ele foi oferecido à dona da casa por um pintor famoso. Vanga disse-lhe:

— Trabalhas muito, mas és pobre e não tens nada. Tenta manter o teu espírito elevado e a fé na tua vocação. Esperam-te grandes dificuldades. Haverá derrotas na tua vida, mas depois seguirás o teu caminho completamente sozinho.

Passado algum tempo, chegaram a casa de Vanga convidados inesperados — os pais da jovem que se casara com o pintor contra a vontade deles. Vanga pronunciou o seu veredito:

— A vossa filha casou-se com um homem que vocês odeiam sem saber porquê. Ele é um homem honesto. Não terão a vossa filha de volta, porque ela e o marido estão unidos pelo amor.

Ainda assim, os pais conseguiram destruir a família. O pintor, abatido e solitário, abandonou a sua pátria. A jovem morreu num acidente de automóvel. Duas crianças ficaram órfãs.

As visões de Vanga são extraordinariamente precisas. Apenas uma vez vi uma profecia sua não se realizar. Ela disse a uma mulher que, após uma operação, poderia finalmente ser mãe. Mas tal não aconteceu. Terá Vanga errado? É possível que a operação, recomendada por Vanga, não tenha sido realizada por quem deveria operar, e o resultado não tenha sido bom.

Ouvia frequentemente as pessoas na pequena casa de Rupite revoltarem-se: para quê esta infelicidade? Nós queríamos ser bons e misericordiosos, nunca desejámos mal a ninguém...

— Pela mágoa humana são culpadas as próprias pessoas. Movem-se pouco, comem e bebem muito, discutem até com os seus próximos e depois admiram-se com as dores e as infelicidades. Não basta não fazer o mal — não se deve pensar o mal, porque o pensamento é material.

Há apenas dez anos, o fenómeno Vanga era negado pelos fiéis seguidores do materialismo, que escreveram nas suas bandeiras, gastas em batalhas de discussão, o lema do imortal herói de Tchékhov: «Isto não pode ser, porque isto nunca pode ser». Hoje, muitos cientistas investigam atentamente Vanga e outros prodígios, penetrando cada vez mais profundamente no mundo do verdadeiro conhecimento. Hoje aceita-se a hipótese da existência de uma civilização paralela, que criou um banco de informação ao qual se podem ligar pessoas cujas células possuem a capacidade biológica de receber informação através das chamadas cadeias de gluões — partículas superlivres que transportam informação codificada através de qualquer matéria. E quantos cientistas existem hoje que aceitam seriamente a «noosfera» criada pelo génio de Vernadsky em redor do nosso planeta? Tsiolkovsky reconhecia como realidade a «sensibilidade de todo o

Universo»; à ideia da existência de «forças inteligentes» chegou também Einstein.

Trabalha-se com facilidade com Vanga. Ela nota até o mais pequeno sucesso e não se esquece de repreender as falhas, mas fá-lo sem ofender, de forma maternal. O atendimento não costuma durar mais de 5 a 10 minutos, mas por vezes, se ela percebe que a pessoa realmente precisa do seu conselho, a conversa prolonga-se por uma hora inteira. As pessoas vazias e tolas percorrem em vão centenas e milhares de quilómetros até Rupite — para elas, Vanga não é hospitaleira.

Certa vez, veio ter com ela de uma cidade do Volga o realizador Anatoly. Veio ter com a vidente para saber como curar a sua mulher, que sofria de asma. Vanga disse-lhe: — Se ela beber as ervas que a Kim indicar, em agosto ficará curada. — Tenho antepassados ilustres? — Nada de interessante. — Por que não consigo cantar em oitavas altas? — O teu fígado doente impede-te. — A minha mulher é-me infiel? — Cancelei — respondeu Vanga. — Basta!

As pessoas seguintes estavam tão consumidas pelas suas dores que pararam no limiar, confusas. Parecia que não acreditavam na realidade do encontro com Vanga.

— O que se passa? — A criança, a criança — a mãe indicou com o olhar o menino de quatro anos que hesitava entre os pés e que, ao contrário dos adultos, observava o ambiente com toda a calma. — Os médicos não conseguem dar-lhe um diagnóstico. Dizem que pode ser epilepsia! — Tolices! A criança apanhou um susto grande, tem um nervo comprimido e por isso lhe dói. Kim, queres tentar?

Nas crianças, as vértebras são ainda macias e móveis. Após algumas manipulações, a criança sentiu-se melhor, as bochechas ficaram rosadas.

— Apesar de tudo, terão de aquecer a coluna vertebral. Peguem numa tira de pano, mergulhem-na em cera derretida e apliquem-na nas costas.

Aos pais felizes seguiu-se um novo casal com uma menina de cinco ou seis anos, que sofria de paralisia cerebral. Vanga ouviu-os e disse:

— A Stella Dimitrova vai ajudar-vos. Digam que sou eu que vos envio.

Saindo por um momento da sala, encontrei no corredor um homem e uma mulher que vinham da Ucrânia. Ouvi-os, disse-lhes como tratar o filho e, por via das dúvidas, dei-lhes o meu endereço em Moscovo. Tranquilizados, mas ainda sem acreditar plenamente, começaram a interrogar também Vanga quando chegou a vez deles, mas ela foi lacónica:

— Já vos disseram o que fazer. Eu só posso repetir as palavras de Kim.

Vanga não poderia ter ouvido a nossa conversa — estava ocupada, e as paredes da casa são grossas. Mas não há tempo para espantos — as pessoas sucedem-se umas às outras. Sem dar por isso, chegou a hora do almoço. Enquanto esperávamos que pusessem a mesa, Vanga queixou-se de cansaço e das perguntas insistentes dos visitantes.

— Sabes, apenas tu e mais alguns próximos se lembram de me perguntar não pela sua saúde, mas pela minha. Eu já não aguento. Pedi a Deus que me permitisse descansar, mas ainda não chegou a minha hora.

Passámos para a sala de jantar, onde se tinham reunido os guarda-costas, a governanta e o motorista de Vanga. Durante a conversa, perguntei o que responder a Milka Valeva, a senhoria onde eu estava alojada.

— Não terá filhos — abanou Vanga a cabeça. — É melhor ir buscar um à casa «Mãe e Criança».

Pouco depois, voltou a girar a fila interminável de rostos, destinos, eventos e doenças. Chegou de Kazanlak uma mulher exausta — Maria. A sua filha mais velha é inválida há dois anos.

— Lembra-te de que, com um aninho, a tua filha caiu e teve uma concussão cerebral. — Realmente foi assim. Mas nós curámo-la. — Ficou uma inflamação. A menina cresceu, a inflamação aumentou. Vais levá-la à Kim, ela vai curá-la. — Será que tem quebranto (*uroki*)? — perguntei eu. — Não. Neste caso não. E fica a saber que, se uma pessoa acredita que não pode ser atingida por quebranto, nada lhe pode acontecer. — E o meu Alik? — Ele era muito pequeno.

E, além da inveja e da maldade, aqui intervêm outras forças. Há muitos anos, quando os holandeses conquistavam a Indonésia, um parente distante do teu marido participou em eventos sangrentos. A mãe de uma

das suas vítimas amaldiçoou-o. O Karma persegue-o e ele paga pelos erros alheios. Mas já te disse, ele vai curar-se. É a revelação do alto.

É difícil falar das próprias dores e problemas quando, atrás da porta, centenas de pessoas esperam pelo encontro com Vanga. Mantivemos as conversas de forma fragmentada, por isso as minhas notas, que fiz logo após os diálogos com Vanga ou tarde da noite, estão como que cortadas.

— Por que é que Deus atende os meus desejos mais insignificantes e não atende os grandes? — Quais? — Que o Alik se cure, que o sobrinho recupere, que tu não adoeças... — Sobre o filho já te disse, o Igor ficará curado aos 10 anos de idade, e o meu destino depende apenas de Deus. — Vou viajar para as Filipinas? — Sim. Será útil para ti. Lá há bons médicos. — O fim do mundo está a chegar? — Isso são tolices. — Como se cura a epilepsia? — Não sei. Reza a Deus e o conhecimento virá.

(Vanga tinha razão. Já curei vários doentes desta terrível doença. Verificou-se que existe uma velha receita oriental — deve matar-se uma cobra, retirar o coração, regá-lo por segundos com água a ferver e depois envolvê-lo em pão e algo doce e dar ao doente. À primeira vista parece feitiçaria, uma selvajaria, mas realmente ajuda!)

— Deve-se curar as pessoas como fazem Chumak e Kashpirovsky? — Não. Em sessões de massas pode-se facilmente causar dano. Na atmosfera excitada, é possível apanhar as doenças dos outros. O ser humano é individual. O tratamento deve ser feito apenas através do contacto pessoal. À distância, apenas se podem dar conselhos ou fazer diagnósticos. — Qual é a tua opinião sobre a Juna? — O talento dela vem de Deus. Mas ela irrita o Altíssimo ao pedir demasiado dinheiro pela cura. Alguma vez me viste pedir algo aos doentes? — Nem uma única vez! Tanto a minha avó como a minha tia diziam sempre: «ajuda a pessoa e depois ela própria te agradecerá». — Elas eram mulheres sábias... Eu também nunca respondo àqueles que vêm saber os números vencedores do Totoloto. Simplesmente expulso-os! — Diz-me Vanga, vou curar o Zhelyu Zhelev? — Tu própria o ajudaste, para que me vens chatear! — Desculpa, mas eu duvidava... — Não deves. As coisas podem retroceder! — Mas eu não sou um pavão convencido, sou um ser humano vivo! — Pede sempre conselho a Deus!

E ouve-se novamente bater à porta: «Pode ser, tia Vanga?» — Entrem...

Uma mulher de meia-idade disse a Vanga que o seu primo estava muito mal — o lado direito estava paralisado. Vanga «carregou» água e tranquilizou a mulher — disse-lhe que a paralisia era consequência de um AVC e não restaria nem rasto.

A outros convidados Vanga respondeu de forma evasiva. Sotir e o seu irmão Krum perguntaram como correria a sua viagem à Rússia. A vidente aconselhou-os a adiar a viagem de negócios. Passados três dias, morreu a mãe dos irmãos...

O taxista com quem viajei de Sófia para Petrich contou-me o seguinte caso: o seu filho Georgi sofria há muito de fortes dores de cabeça e os médicos decidiram fazer-lhe uma trepanação do crânio. Os pais aconselharam-se com Vanga. Ela disse-lhes que o rapaz não tinha qualquer inflamação ou hemorragia, mas que os olhos tinham focos diferentes — daí o sofrimento. Eis como era este caso raro. Ela indicou em que hospital deveriam ir e a que médico. A doutora Balabanova examinou-o, prescreveu-lhe os óculos necessários e tudo se resolveu.

De outra forma pareciam as coisas com a sobrinha do meu amigo Mitko. Todos os dias a criança enfiava-se debaixo da mesa, encolhia-se como uma bola viva e era impossível deslaçar o emaranhado de braços e pernas. Que diagnósticos não lhe tinham feito! Até alguém supôs que na criança se tinha desenvolvido precocemente o sistema reprodutor — e isto aos três aninhos! Ninguém conseguia indicar o remédio salvador. Vanga aconselhou a darem banho à menina numa infusão de feno picado, depois despejarem a água sobre um formigueiro e fazerem a menina urinar em cima. Depois disso, deveriam retirar o topo do formigueiro e levá-lo a Vanga. Tudo foi executado com precisão. Vanga segurou por alguns segundos nas mãos o montículo húmido de ervas e gravetos e disse calmamente: «Isto é tudo. Devolvam isto de onde o tiraram; a criança já está saudável».

Mesmo para mim permaneceu um mistério a metodologia «das formigas» de Vanga, mas o Mitko confirmou que não houve mais convulsões. E disse: «Sabes, quando segurei a criança sobre o formigueiro, vi que junto com a urina saiu dela algo preto, parecia tinta».

O correspondente do «Izvestia» em Sófia, Sasha Kapralov, contou-me uma vez em Moscovo como o correspondente de uma das publicações

centrais moscovitas fora despedir-se de Vanga. — Não tenhas pressa, voltaremos a ver-nos. É cedo para voltares para casa — disse-lhe Vanga com um sorriso impercetível. O correspondente fez ouvidos de mercador — eram coisas da velha tia Vanga.

Nada o poderia parar, tudo estava já combinado, os bilhetes estavam no bolso e só faltava passar para pegar nas malas no posto de correspondência. E o que acham? O telex, que estava mudo há vários dias, cuspiu no chão uma fita de papel exatamente no momento em que o jornalista abriu a porta do posto. No telex de Moscovo dizia-se: «Devido a circunstâncias imprevistas, foi tomada a decisão de prolongar a sua estadia por dois anos...»

Uma vez tive de esperar uma hora e meia para que Vanga se libertasse. Durante esse tempo, ela consolava três mulheres russas. As visitantes saíam uma após a outra. À primeira, o filho tinha desaparecido na catástrofe do «Almirante Nakhimov». Vanga assegurou-lhe que o filho estava vivo. — E por que não temos notícias dele há tanto tempo? — Muito em breve a memória dele deverá regressar.

Quando saltou para o mar, ficou contundido. Num pedaço de tábua o mar lançou-o à costa de outro país. Lá, numa aldeia de pescadores, viveu durante estes anos. Até se casou. — E a família dele na União? O filho já é grande! — Aconteceu assim. Não há culpados. Ele vai voltar.

A segunda também procurava o filho desaparecido, de quem não recebia cartas há muito tempo — o rapaz prestava serviço no Azerbaijão durante o conflito com a Arménia. — Ele está ferido. Sem documentos, foi recolhido por pessoas estranhas e enviado para o hospital. Em breve receberão notícias dele. É melhor assim...

À pergunta da terceira visitante sobre a sua filha desaparecida, Vanga respondeu com uma pergunta: — E tens mais filhos? Ela não conseguiu acrescentar mais nada — a mãe infeliz chorava. Pedi-lhe que me mostrasse a fotografia da rapariga. A sua mão trémula procurava na mala. Da fotografia olhava um rosto morto. Imediatamente veio a informação — a rapariga fora violada e morta. Enterraram-na numa floresta distante, não muito fundo. Mas quando a encontrariam e se sequer a descobririam, não consegui responder. Eu não sou Vanga. E ela não pôde pronunciar estas palavras terríveis.

De manhã, quando o ar está fresco e a luz não é tão intensa, Vanga fala com as suas bonecas. Fala-lhes da vida, repreende-as por algo, consola-as. Na sua grande família de bonecas faltava apenas uma boneca russa. Recentemente, trouxe da Rússia uma boneca para Vanga.

E embora ela esteja incomensuravelmente longe do mundo vão dos nossos feitos e preocupações, Vanga aceita com prazer presentes dos visitantes. Gosta de perfumes franceses. Tarde da noite, após o atendimento, ela não se recolhe imediatamente. Gosta de examinar cada presente individualmente e de se lembrar de quem o trouxe. E se foi uma pessoa boa e partiu dali feliz, o seu rosto ilumina-se com a luz refletida da alegria alheia.

Sobre a mesinha à frente do banco largo reúnem-se num dia centenas de torrões de açúcar. Esta é uma das condições para o encontro com Vanga. Ela pega no açúcar das mãos do visitante, tateia-o cuidadosamente e começa a falar sobre o que foi e o que será. O açúcar, tal como todos os cristais, pode recolher informação sobre a pessoa.

Os antigos magos, sacerdotes e magos conheciam esta propriedade dos cristais e utilizavam-na. Cada mago ou feiticeiro que se prezasse tinha o seu próprio cristal mágico. A água também tem memória e pode, como afirmam hoje alguns cientistas, conservar informação até meio ano. Vanga tratava as pessoas com água «carregada» muito antes das amplamente publicitadas sessões televisivas de «milagres e curas» em massa.

Nikolai Roerich, que penetrou em não poucos segredos tibetanos, estava convencido de que a vida existe não apenas no reino animal e vegetal, mas também na matéria aparentemente morta dos cristais. Vanga concorda com ele. «O teu pai — dizia ela a Svyatoslav Roerich — era não só um pintor, mas também um profeta inspirado. Todos os seus quadros são visões e previsões.

São mensagens cifradas, mas o coração atento e sensível pode sugerir ao observador o sentido da obra. Tu tens o dever de, com todas as forças, continuar a obra do teu pai. Assim está escrito.»

Em redor da sua casa em Rupite, desde o início da primavera até ao outono tardio, florescem flores. Vanga diz que as flores recordam, amam e alegram-se com as pessoas. São sensíveis à atenção e não aceitam as grosserias. As flores do campo e as plantadas em redor da sua casa são

mais valiosas e queridas para Vanga do que o mais luxuoso ramo. Vanga afirma que aprende muitas coisas interessantes com as flores. Nisto dificilmente acreditarão pessoas que estudaram botânica pelos nossos livros escolares monótonos, cuja imaginação está seca como uma folha de outono entre as páginas da sabedoria escolar.

O que dizer dos manuais, quando a maioria dos professores de biologia e botânica não conhece as ervas e não sabe a sua finalidade. É impressionante a cegueira moral dos nossos contemporâneos, que colhem na floresta ramos de flores silvestres valiosas, descem do comboio e enfiam com repugnância nos caixotes do lixo a magnificência murcha. Recentemente, cientistas botânicos britânicos viram numa das exposições mais prestigiadas uma secção de plantas «daninhas».

Verifica-se que já os botões-de-ouro e outros «plebeus» do mundo vegetal são uma raridade e necessitam da nossa proteção. Nós temos o dever de os conservar, porque finalmente, na sua arrogância secular, o homem começa a perceber que ele é também uma parte da natureza, tal como a árvore, o animal e a flor, e que no mundo nada é supérfluo.

Impressiona a capacidade dos animais e das aves de, seguindo o seu instinto, encontrarem infalivelmente as ervas ou raízes necessárias para a cura. O químico e ornitólogo americano A. Clark descobriu que os estorninhos tecem nas paredes dos seus ninhos caules de plantas que são tóxicas para insetos nocivos. Verifica-se que estes caules não só afugentam as carraças e outros parasitas, mas também protegem as aves de doenças. Pena que tenhamos trocado o conhecimento primário pelo asfalto urbano.

— Poderei aprender a língua das ervas e das flores? — pergunto a Vanga. — Reza a Deus e esse segredo revelar-se-á para ti.

Falando com Svyatoslav Roerich, Vanga disse: «O mundo começou a tratar-se com ervas, com ervas também terminará. Mas as ervas que crescem num determinado país curam apenas as pessoas que vivem lá. Assim está predestinado.»

Vanga não gosta de comprimidos e tinturas — ela recomenda que as ervas sejam absorvidas através da pele sob a forma de banhos, infusões e compressas. Ela não nega os medicamentos «oficiais», mas é contra o seu uso excessivo.

Na Rússia, o choupo-tremedor é chamado de «árvore de Judas» — certamente devido às folhas que tremem mesmo sem vento. A madeira do choupo-tremedor é macia, branca e leve. Quando seca, é resistente aos vermes e é especialmente adequada para o fabrico de barris, calhas e baldes. A lenha de choupo-tremedor limpa as chaminés, e a forragem de ramos aumenta a produção de leite das vacas e o crescimento dos vitelos.

No «Guia Completo de Ervas Medicinais», publicado em 1871, a utilização medicinal do choupo-tremedor é descrita da seguinte forma: «Os gomos, colhidos antes do desenvolvimento das folhas, são resinosos e têm um sabor amargo. Eles suavizam e atenuam as dores. Utilizam-se como infusão em casos de diarreia normal ou com sangue, em constipações e dores nas extremidades. O sumo extraído da árvore cura líquenes e verrugas».

Da experiência das gerações passadas, recorda-se também este conselho: o melhor é abater as árvores em dezembro. Neste período, a madeira é menos propensa ao apodrecimento, é forte e elástica. Na revista do século passado «Artesão Russo», indica-se que árvores cortadas no mesmo local, mas em tempos diferentes, têm qualidades distintas — a melhor para mobiliário e material de construção é a árvore de «dezembro».

Mas a melhor árvore é a árvore viva. Ela compensa-nos com juros pelo trabalho, pelos nervos e pelo reboliço humano. A árvore, tal como o homem, é parte integrante do mundo. Quando o caçador do povo Komi para debaixo de uma árvore para descansar, pede permissão à árvore e promete não lhe causar mal.

Se algum dia eu tiver um inimigo jurado, não lhe desejarei doenças, desgraças ou outras infelicidades. Apenas lhe pedirei que viva os cinco anos de desespero e falta de esperança, dia após dia e hora após hora, tal como eu os vivi, tentando lutar contra a grave enfermidade do meu único filho. Onde não estivemos com Alik! Quem não o examinou! Conheci todos os curandeiros famosos bálticos, ucranianos, moldavos e dos arredores de Moscovo.

Alguns apenas se compadeciam de nós, outros recusavam imediatamente, outros prometiam profundamente ajudar... Compreendia eu com quem estava a lidar? Na maioria dos casos — sim. Mas, mesmo ouvindo conselhos sem sentido, no fundo da minha alma eu ainda tinha

esperança. Só me compreenderá quem, pelo menos uma vez, se tenha estado a afogar sem ter à mão nem sequer uma palha. Não é em vão que se diz que a esperança é a última a morrer. Sempre que me despedia de tais «curandeiros», lamentava não pelo dinheiro, mas pelo tempo perdido. E sentia pena por aquelas pessoas. Agora penso — terá valido a pena tudo isto?

A nossa vida seria monótona e sem alegria sem o mágico «uma vez». Mais do que uma vez ele mudou o meu destino. E assim — uma vez, em 1983, li uma nota de jornal sobre Vanga. Na altura, a profetisa búlgara já era conhecida em todo o mundo, mas até nós os relatos incríveis sobre Vanga chegavam apenas em artigos lacónicos, notas e comentários pseudocientíficos. Provavelmente, os governantes daquela época acreditavam seriamente que as histórias de milagres comuns não eram necessárias aos cidadãos de um país de «socialismo desenvolvido».

Seja como for. Soube da existência do «fenómeno búlgaro» e escrevi imediatamente uma carta a Vanga com um pedido para nos receber com Alik. Da Bulgária, a resposta tardou a chegar. Eu não compreendia e, na altura, não podia imaginar quantas, milhares de cartas amargas e terríveis, chegavam à pacata cidade de Petrich. E cada um pensa que a sua dor é a maior. Seguramente, essa é a verdade. Passaram-se quase dois anos quando o telefone tocou de forma promissora.

— Olá. Chamo-me Olga e venho da Bulgária.

A esperança com o nome Olga veio visitar-nos em fevereiro de 1985. O destino reunira o pai de Olga Garvanska com Vanga. Olga teve sorte — também estava lá e a sábia vidente notou-a imediatamente entre os muitos visitantes. Mais ainda: Olga tornou-se discípula de Vanga. Para alguns, estas lições seriam suficientes para toda a vida, mas a «ingrata» Olga absorvia avidamente cada nova linha do livro infinito da sabedoria popular. Os relatos sobre as minhas capacidades trouxeram até mim a discípula de Vanga. Tente depois não acreditar em «leis desconhecidas», não acreditar no Destino!

Olga estudou comigo durante pouco tempo. Exatamente o tempo necessário para absorver rapidamente centenas de segredos da medicina popular coreana, tibetana, chinesa e russa. Dificilmente ensinei alguém com tanto desejo, sabendo que nas entranhas ruidosas da máquina

burocrática nascia, naqueles dias, o «convite» para eu ir à Bulgária. Ter com Vanga.

Em julho de 1985, o presidente da câmara da mesma Petrich, para onde outrora enviei a minha carta desesperada, encontrou-nos em Sófia e levou-nos para onde as fronteiras da Jugoslávia, Bulgária e Grécia se unem — no vale de «Rupite», entre Petrich e Sandanski, que é famoso pelas suas fontes térmicas e minerais curativas.

A primeira coisa que me impressionou junto à casa de Vanga foram as grandes multidões. Pensei imediatamente — poderei eu algum dia chegar a Vanga através desta multidão de pessoas infelizes e sequiosas de cura? Compreendendo o meu estado, Olga disse calmamente: «Tu não és apenas uma requerente, mas também uma colega». Realmente não tivemos de esperar muito, mas consegui observar as pessoas em redor da casa de Vanga e o vale abrasado pelo sol que carregava cuidadosamente a casinha na sua enorme palma. Tentava imaginar também a invulgar anfitriã, quando subitamente, sobre a multidão ruidosa, ecoou uma voz forte, com uma aspereza rural:

— As duas mulheres da aldeia... Venham cá!

Uma das mulheres chamadas estremeceu e apressou-se para o portão, enquanto a outra falava animadamente e não ouviu o chamamento.

— Eu disse — as duas mulheres!

A mulher que tinha partido voltou imediatamente, agarrou a amiga pela mão e puxou-a atrás de si enquanto lhe dizia algo zangada. E Vanga acalmou-se e disse:

— Sei por que vieram, sei. Ide àquela árvore e colhei as suas folhas. Então as vossas dores acabarão...

Quando chegou a minha vez, abri o portão e, logo após a porta se fechar atrás de mim, ouvi a voz severa de Vanga:

— E eis que agora vem uma coreana. Chama-se Lyudmila Kim e tem 44 anos. Cura as pessoas como a Juna. Ah, vamos ver qual delas é mais forte?

Novamente me assustei, sentia como se a terra desaparecesse debaixo dos meus pés e, em vez do caminho da aldeia, debaixo de mim estivesse o

enorme prato de uma balança invisível. Mas foi apenas um instante, impercetível, vertiginoso e infinitamente longo. Neste primeiro encontro com Vanga, eu apressava-se a fazer-lhe apenas uma pergunta: pode Alik ser curado?

— Sim.

Pela primeira vez após centenas de noites, adormeci profunda e calmamente. Era como se, segundo um velho costume, me tivessem banhado no orvalho da manhã, como se tivesse nascido de novo. Vanga tornou-se a minha segunda mãe...

Depois de me acalmar, Vanga começou a falar com Olga sobre conhecidos comuns, sobre problemas da vida e subitamente, após refletir um pouco, disse:

— É bom que compres um carro. No caminho não te espera nenhuma desgraça. Vejo-te num Lada (*Zhiguli*) branco, modelo cinco.

Honestamente, não prestei muita atenção às palavras de Vanga. Estava mergulhada nos meus pensamentos e só me lembrei delas em Moscovo, quando ajudava Olga na compra de um «cinco» novo e branco deslumbrante — o serviço automóvel da capital não nos deixou outra escolha.

Houve um tempo em que Vanga recebia até 120 000 pessoas por ano. Mas os anos não levam apenas o que lhes pertence... Levam também de nós, retirando forças, saúde, juventude. Mas isto parece não afetar as pessoas exaustas e sem fé que, de todas as partes, se apressam para ver Vanga. E ela, esforçando-se, acena novamente com a cabeça — entrem. Com quem não se terá ela encontrado, com quem não terá conversado, com o que não terá ela intrigado os seus convidados.

A Carter previu um mandato presidencial, a Indira Gandhi — dois. Disse aos seus vizinhos a data exata do início da Segunda Guerra Mundial e viu os males atuais da humanidade muito antes da catástrofe ecológica ou da invasão do terrível vírus da SIDA. Os especialistas calcularam que de cinco profecias de Vanga, quatro cumprem-se. Estou certa de que esta percentagem é mais elevada, porque ela frequentemente não explica o sentido das suas palavras. Por vezes, ela própria não as compreende — a verdade chega a Vanga pelos seus próprios caminhos.

E, no entanto, tinha razão o Pequeno Príncipe do conto cristalino de Saint-Exupéry: «As palavras apenas nos impedem de nos compreendermos. Só o coração é capaz de ver. O essencial é invisível aos olhos». A sabedoria destas palavras, à primeira vista comuns, só pode ser compreendida por quem experimentou a dor das perdas reais e a alegria do novo, por quem, pelo menos uma vez na vida, viu Vanga. A mim, essa felicidade foi-me concedida mais do que uma vez...

— Não me sinto muito bem — disse Vanga no nosso primeiro encontro. — Tenta ajudar-me...

Aproximei-me. Lentamente «aqueci» o corpo, depois concentrei-me nos órgãos mais fracos — a minha paciente estava na casa dos oitenta — não era brincadeira. Após alguns minutos Vanga parou-me, repetindo várias vezes: «Bem, bem...» Depois chamou o seu sobrinho Ivan.

— Vê o que ele tem.

Não era preciso procurar muito pelas inflamações. O inchaço estava no esófago, num local conveniente e acessível. Concentrando toda a minha vontade, mentalmente «puxei» o inchaço e queimei-o num jato de energia — talvez seja assim que se possa explicar, com termos comuns, o que fiz ao familiar de Vanga. Mas, na verdade, tudo isto, como compreendem, é muito mais complexo. A Vanga não é preciso explicar nada. Ao perceber o que aconteceu, levantou-se da sua poltrona, abraçou-me e colocou-me no seu lugar:

— Agora és para mim como um familiar, como uma irmã. Vem ter comigo quando quiseres. Em setembro, lembras-te? Traz-me as roupas do teu filho, unhas e cabelos e um frasco com água de Moscovo...

Não consegui ir. Naquela altura, alguém importante e influente entre nós achava seriamente que para os meros mortais era desaconselhável viajar duas vezes no mesmo ano para o estrangeiro — tudo poderia acontecer. Por isso, cumpri o pedido de Vanga através de outras pessoas — durante um mês inteiro, numa estafeta de misericórdia, de umas mãos boas para outras, viajou um frasco com tampa de plástico, a camisola do meu filho, uma madeixa do seu cabelo e cortes de unhas.

À ESPERA DO MILAGRE

Passado um mês, com a encomenda que regressou da Bulgária, recebi as instruções rigorosas da curandeira: as unhas e os cabelos deveriam ser enterrados na terra, depois deveria banhar a criança com água, recolhê-la e também enterrá-la. Passado um ano deveria estar em Petrich com Alik. Ao cumprir tudo isto, lembrei-me do antigo costume popular para remover verrugas (um dos 12 que conheço): uma batata comum é cortada em quatro partes, esfrega-se com ela o local afetado, depois junta-se tudo num nó num lenço e enterra-se na terra. Assim que a batata apodrece, desaparece também a verruga. A enfermidade de Alik, contra a qual Vanga lutava, era incomensuravelmente mais complexa e perigosa e, no entanto, os métodos de atuação assemelham-se.

No tempo determinado, numa tarde límpida de setembro, chegámos à Bulgária. Mal cruzámos o limiar da casa de Vanga, ouvi um suspiro amargo:

— Oh, que horror! Por que sofre assim a criança? Nada, nada... Vem para junto de mim.

Observei tensa como a criança, até então chorosa e caprichosa, se aproximou obedientemente de Vanga e a abraçou. Vanga tocou no seu cabelo despenteado e acariciou-lhe a cabeça. Depois empurrou-o levemente: vai! Compreendi que a sessão tinha terminado.

Mas independentemente das suas capacidades curativas, Vanga é sobretudo um profeta, um oráculo. Através da sua voz, tanto o passado como o dia de amanhã conversam com a humanidade. Por mais frequentes que fossem os meus encontros com Vanga, cada encontro transformava-se simultaneamente num feriado e num mistério. Uma vez perguntou-me:

— A tua mãe está viva?.. — Sim. — Bem. E quem veio contigo então?

E Vanga descreveu detalhadamente a mulher que, como ela disse, estava atrás do meu ombro direito.

— Mas essa é a minha avó.

Kim Pon-Ok, naquela altura, estava morta; nunca falei de Vanga sobre ela e, no entanto, a minha mentora descreveu tanto o rosto como as roupas e as mãos da minha companheira invisível.

— Tu és protegida por São Jorge (*Georgi Pobedonosets*), não és? — perguntei a Vanga, aproveitando um momento oportuno num dos nossos encontros. — Viste-o? Bem! E a ti, nesta vida, ajuda-te São Nicolau (*Nikolay Ugodnik*) e a mesma mulher que uma vez veio contigo.

A clarividência e as previsões de Vanga não podem deixar de surpreender até aqueles que parecem já estar habituados a elas. Uma vez, ao ouvir os passos de um dos seus guarda-costas, Lyubcho, Vanga perguntou: pode ajudar-se? Respondi que os rins dele precisavam de «reparação». Vanga assentiu — sim, bem. Passado um pouco disse: «Lyubcho, os teus rins apanharam frio quando te deitaste na neve sem estender nada por baixo... Estavas a arranjar o carro...» E nomeou o local e o ano... Dificilmente esquecerei o olhar de espanto do rapaz.

Devo dizer que, até há pouco tempo, durante o dia habitual de atendimento de Vanga, rendiam-se dois turnos de guarda-costas — tão enormes são os esforços que ela suporta. Isto começou a 3 de outubro de 1967, quando Vanga, segundo as suas palavras, «entrou para o serviço do Estado». Em Rupite, foi construído um hotel para os visitantes. No conselho municipal, foi criado um serviço especial que regista os interessados no atendimento. Foram nomeados guarda-costas, cozinheiros, uma governanta. E se com os guarda-costas me entendi logo, com as cozinheiras tinha discussões constantes — como pode uma pessoa idosa ser alimentada com comida tão gordurosa? Por enquanto, os meus protestos não ajudam muito. Lentamente, a fila de espera pelos vaticínios vai diminuindo.

Esta simpática jovem dificilmente poderia prever as consequências de um exame médico banal. Acabava de concluir o instituto, entrava para o trabalho e um dos médicos solicitou uma imunização adicional. A agulha da seringa atingiu um nervo e a jovem cegou. As suas pernas ficaram paralisadas. Trouxeram-na ao colo até Vanga.

— Daqui a dois anos voltará a ver e, daqui a cinco, poderá também andar.

Aconteceu que eu estava com esta jovem quando ela recuperou a visão. Aprendia novamente a andar, apoiando-se em cadeiras. Os pais dela montaram corrimãos nas paredes e assim tudo correu melhor. Não duvido de que irá curar-se; visito-a não por mera curiosidade ou compaixão.

Depois de Vanga lhe dar esperança, disse: «A Lyuda vai ajudar-te». Tente não cumprir o pedido de Vanga! Na maioria das vezes ela faz assim — prevê o que está destinado à pessoa viver e especifica imediatamente quem pode ajudá-la ou, pelo menos, aliviar o seu fado.

Vanga propõe-se curar apenas os casos mais graves. E eles não são poucos. Por mais sacrílego que seja, Vanga tem até um plano que lhe é «enviado» de cima. Muitas vezes discuti tanto com membros do governo búlgaro como com outros funcionários importantes: como podem tratar assim um orgulho nacional?

— Não sabemos quanto tempo ela viverá ainda. Que a Bulgária receba de Vanga o máximo possível...

Uma vez Vanga disse-me: nunca uses óculos. Por enquanto não me queixo, mas se a minha visão enfraquecer, não sei se terei forças para quebrar a sua proibição.

Na minha terceira ida a Rupite, Vanga elogiou-me por já conseguir curar as pessoas sem mãos, apenas com o olhar. Vanga não deu motivos para duvidar das suas palavras e, em breve, os pacientes moscovitas experimentaram em si mesmos a forma, até então invulgar, de atuação. Mas, por vezes, ainda tenho de «acenar» com as mãos: caso contrário, a pessoa não acreditará que a curaram. Vanga sente perfeitamente os meus «esforços», e eles são necessários cada vez com mais frequência.

A 9 de julho de 1990, todos os familiares de Vanga reuniram-se na sua casa. Lamentavam que a anfitriã não estivesse bem, não quisesse tratar-se, a tensão subira para 200 e dificilmente Vanga recuperaria. Sem ouvir estas conversas, entrei no quarto de Vanga e instalei-me silenciosamente num canto. Reuni toda a minha experiência e toda a minha força e comecei a trabalhar. Passada uma hora, Vanga levantou-se e começou a receber pessoas. Fez-me sinal para ficar junto dela. Mais adiante falarei sobre esta colaboração invulgar com Vanga.

OS MAGOS NÃO SE TEMEM

DOS PODEROSOS SENHORES

«— Por que não lhe disseste que o esperava uma desgraça? — Daquilo que o destino decretou, não se pode fugir.» **A. Kuprin, «Olesya»**

Dificilmente a razão humana se conformará com o Inevitável. Estou convencida de que também Vanga tentou, mais de uma vez, medir forças com o Destino. Agora ela não faz tais tentativas. Nem mesmo por pessoas próximas e queridas. Ela não avisou o seu marido, que partia para a frente de batalha, sobre o que o esperava. Apenas lhe pediu — protege-te da água. Muitos dos soldados que regressaram a casa ficaram depois doentes durante muito tempo. Verificou-se que, quando não encontravam água de nascente, eram forçados a beber dos pântanos.

Olga Garvanska é uma das poucas que pode orgulhar-se da amizade de Vanga. A vidente de Petrich tratava a sua discípula com carinho e ternura, mas amava ainda mais a irmã de Olga — Emilia. Emilia possuía o dom da clarividência, grandes capacidades curativas e um coração bom. E se não fosse o trágico incidente, talvez com o tempo ela se tornasse a sucessora espiritual de Vanga.

Uma vez, ao despedir-se dela, Vanga disse: — Por favor, depois de amanhã não saias de casa. — Porquê?

Vanga não respondeu. Emilia não perguntou mais nada, mas cumpriu o conselho, sabendo que Vanga nunca fala por falar — em cada palavra sua deve procurar-se um sentido profundo e uma revelação. No dia indicado por Vanga, Emilia não sai de casa. Ali o seu filho encontrou-a. Emilia jazia junto ao sofá com um ferimento terrível na cabeça.

Saberia Vanga da desgraça que espreitava Emilia? A pergunta é supérflua. Vendo a sombra negra, quase resignada com o predestinado, Vanga tentou ajudar, pensando que os perigos espreitavam na rua e que, se a porta se trancasse, talvez eles passassem por Emilia. Muito mais tarde soube por amigos búlgaros que a discípula de Vanga executara por mais de

uma vez tarefas importantes e perigosas. Acidentalmente soubera que o seu chefe direto trabalhava para um serviço de inteligência estrangeiro. Ele percebeu que fora descoberto e, temendo o castigo, tentou livrar-se da testemunha perigosa, mas após alguns dias ele próprio partiu com os dentes a ampola de veneno.

Geralmente Vanga não interpreta as suas previsões, pressupondo que quem tem ouvidos, ouvirá. As exceções são muito raras e, por isso, interessantes. Em 1986, um conhecido escritor búlgaro chegou a Rupite. Escrevera um livro sobre Orfeu, mas sempre uma ou outra circunstância impedia a sua publicação.

— E tu o que queres? — disse-lhe Vanga. — O livro deve ser reformulado. Nele há muitas imprecisões. — Quais, por exemplo? — Como pôde Orfeu, após um naufrágio, após duras errâncias no deserto, chegar à cidade quase em trajes de festa? Primeiro, muda a roupa do teu herói. Segundo...

Preciso de dizer que o escritor atónito cumpriu quase literalmente tudo o que foi dito por Vanga e, pouco depois — fosse pela maior veracidade ou por outra razão — o livro acabou por ser publicado. O autor ofereceu-me um exemplar com uma dedicatória. Contou-me este episódio da vida de Vanga. Aliás, não consigo compreender por que razão, nas lendas, Orfeu ficou apenas como um cantor de enorme força.

Nas informações que chegaram até nós diz-se que Orfeu, que viveu no século XIII a.C. nos Rodopes, alcançou a sabedoria suprema e recebeu conhecimentos secretos junto dos sacerdotes egípcios em Carnac e Luxor. E até ao dia de hoje existem ali representações suas. Orfeu celebrizou-se também com cânticos mágicos sobre as propriedades curativas das pedras e ervas dos Rodopes.

Uma semana depois, numa rua movimentada de uma das cidades indianas, aproximaram-se do meu amigo três homens altos em vestes brancas como a neve. Através de um intérprete, explicaram ao moscovita em viagem quem eram, por que esperavam precisamente por aquele grupo e quem lhes tinha indicado a hora e o local do encontro. Ao ouvir o meu nome, o viajante desmaiou. Conseguiram ampará-lo com as mãos. Depois disso, todo o grupo teve problemas, e ele foi reanimado num antigo templo-museu situado nas proximidades.

O meu amigo nada me contou sobre este caso. Soube do encontro na rua através de um funcionário da nossa embaixada na Índia, que veio ter comigo um ano mais tarde com uma queixa pessoal. Aos descrentes, posso informar o nome do amigo, a data de partida do grupo e os nomes de muitas testemunhas oculares. E o facto de eu não ter tido contactos com pessoas daquele país durante esse período deve ser aceite com confiança.

Fios invisíveis ligam-me a muitas pessoas. Mas, entre elas, há um homem excecional. Em casa, o telefone toca continuamente — as conversas são de toda a espécie, quotidianas, mas por vezes não tão comuns. Se estou muito desgostosa, nervosa ou, pelo contrário, tenho uma notícia alegre — o telefone toca quase de forma síncrona com o toque prolongado de uma chamada interurbana.

— Lyuda, o que se passa? Posso ajudar-te?

A voz do velho conhecido é rouca e juvenil. Vladimir Kholodov volta a encontrar-me através de milhares de quilómetros, através de montes de problemas e mágoas alheias, e a sua voz penetra através do enorme caos de vozes. Eu raramente me espanto, mas Volodya, um dos videntes mais fortes da Rússia, consegue fazê-lo sempre e de forma elegante. Ele foge da publicidade como o diabo da cruz, mas os doentes encontram-no sozinhos. Ele trata dezenas de casos extremamente complexos e confusos, mas, na minha opinião, o mais importante da sua vida está ainda por vir.

Kholodov telefona e pergunta: — Quem trataste ontem que te fez rir tanto?

Começo a explicar que quase chorei de riso devido a um diagnóstico ineptamente colocado e absurdo — entre os médicos ainda se encontram pessoas indiferentes, levianas e sem talento. Tais pessoas existem noutras profissões, mas na medicina isso paga-se de forma particularmente cara.

Uma vez, antes do Ano Novo, o Alek sofria do fígado; eu e o meu marido estávamos muito preocupados, mas passados quinze minutos consegui superar a crise. De manhã, o telefone tocou. Atendo o auscultador e ouço a voz familiar: — Lyuda, como está o Alek agora?

Também já aconteceu receber repreensões de Kholodov. Até hoje não consigo decidir: devo orgulhar-me disso ou esquecê-lo rapidamente? Recentemente trabalhei prolongadamente com um rapaz, um caso bastante

grave, mas algo me distraiu, desconcentrei-me e a sessão ficou inacabada. Volodya reagiu imediatamente, foi severo e implacável.

— Resolveste a sétima vértebra, mas saltaste a terceira. Pode ser assim?

Omitirei alguns epítetos não muito elogiosos a meu respeito. Este caso tornou-se para mim uma lição muito séria. Desde então, durante o trabalho desligo a televisão, e o rádio emudeceu no momento em que percebi que Vanga não gostava dele. E a questão aqui não é apenas o palavreado ou a monotonia de alguns programas.

Certa vez, Kholodov esteve em minha casa, examinou um doente meu e disse que continuaria a trabalhar com ele mesmo depois de regressar à cidade onde vive. Se quer trabalhar — que trabalhe; não dei especial importância a este caso. Mas Kholodov não gosta de brincadeiras e em breve convenci-me disso.

— Quem é que andou a mexer no meu doente? — Eu ando a tratar... — Não pode ser assim, Lyuda! — Kholodov foi marcadamente seco e formal. — Conheço o teu «traço». Não és tu. — Não te zangues, Volodya! Está a ser tratado por... — e mencionei o nome de uma amiga vidente. — Diz-lhe que tal coisa não se deve repetir mais. Afinal de contas, isso é antiético!

Kholodov acalmou-se, a ira transformou-se em benevolência — ele tinha decidido trabalhar com o homem e subitamente viu que estava tudo baralhado, fragmentado.

Vladimir Kholodov é um homem de muitas virtudes. A visão deste mago de Sochi (ele não gosta que lhe chamem vidente ou sensitivo) é radioscópica. Tem o dom de uma poderosa previsão, liga-se livremente ao campo informacional do Cosmos, domina profundamente os segredos da verdadeira medicina. Há muito tempo que sabia que aos 30 anos sofreria um acidente de automóvel e tentou com todas as forças mudar o seu itinerário de vida — conduzia o carro mais devagar e raramente, depois decidiu vendê-lo por completo.

Mas, apesar disso, foi atropelado por um carro ao ir à loja. O tratamento foi longo e doloroso, e os médicos ficaram mais do que uma vez

maravilhados com a calma do doente, que sem narcose suportava dores enlouquecedoras.

Existe uma estranha regularidade — praticamente todos os videntes fortes, no caminho para o ultrassensível, viveram um coma, uma morte clínica ou uma grande provação pessoal. Eu não sou exceção. As capacidades únicas não são dadas de graça. Provavelmente, o sentimento de compaixão pode brotar num coração que viveu dores intensas. Posso estar enganada, mas ao enumerar os nomes de Vanga, Kholodov, Zaglyadnova, Balashov, chego à conclusão de que nesta ideia há um grão racional.

Existem muitas e convincentes provas de que a chave para a decifração de muitos mistérios se guarda no subconsciente. Os monges tibetanos, no passado remoto, abriam o «terceiro» olho — a capacidade de clarividência — perfurando um orifício na testa. Após procedimentos incríveis, o orifício cicatrizava. Os guardiões dos altos segredos tibetanos podiam controlar o subconsciente. O monge pronto a passar pelo rito de iniciação insuportavelmente complexo era emparedado numa gruta, ligada ao mundo exterior apenas através de um nicho estreito, pelo qual recebia comida. A verdade era alcançada em três anos, três meses e três dias. A solidão absoluta e a concentração colossal permitiam realizar milagres.

Quem passasse pelas provações era capaz de percorrer em duas noites e um dia trezentos quilómetros por trilhos de montanha, através de desfiladeiros e passagens. O caminho na escuridão impenetrável era encontrado pelo «terceiro» olho. Os monges tibetanos conseguem, em frio intenso, envolver-se num lençol molhado e secá-lo com o calor do seu corpo. Alguns conseguem repetir este procedimento 12 vezes!

O caminho para a perfeição não é por sete montanhas até à décima. Está sempre ao nosso lado, em cada um de nós. E esse é o mundo único e fabulosamente rico do nosso «Eu». O comportamento moral do vidente é inseparável deste caminho. A história que vou contar começou nos anos 60 e, infelizmente, terminou recentemente. Em fevereiro de 1963, fui enviada para estágio no instituto «Karnov» em Obninsk, estritamente secreto mas, apesar disso, amplamente conhecido no mundo.

Durante todo aquele ano, os meus olhos estiveram bem abertos, ávidos e curiosos. Havia ali o que aprender, e não apenas na especialidade. No

instituto trabalhavam grandes cientistas e seres humanos. Naquela altura ainda não estava esquecido o «degelo» de Khrushchev e o ambiente era elevado, otimista. Mas o destino da Rússia decidia-se noutro lugar e de outra forma. Os primeiros a sentir a mudança de curso foram os cientistas e os intelectuais.

Ainda hoje dificilmente se pode estabelecer com precisão a quem ocorreu primeiro a ideia de enviar ao governo uma petição que avisava sobre os processos «de direita» na sociedade. Mas a essência, na minha opinião, não está na autoria. Sob o texto do apelo assinaram jovens e velhos, colaboradores científicos e académicos. O primeiro a colocar a sua assinatura foi Andrei Sakharov. Ele visitava frequentemente Obninsk e conhecia bem muitos dos cientistas locais.

Já naquela altura Sakharov significava toda uma época na ciência soviética. Pelas conquistas brilhantes, Sakharov, saltando o patamar de membro correspondente, foi eleito diretamente académico. Ficámos fortemente impressionados com a profundidade das suas visões científicas. Já então o ocupava a ideia da necessidade de mudanças na sociedade e, além disso, radicais.

No instituto discutia-se calorosamente o texto do apelo a Khrushchev. Infelizmente, muito em breve tivemos de mudar o nome do destinatário. No apelo falava-se da falta de direitos e liberdades verdadeiros e democráticos, das ilegalidades cometidas em «nome do povo», da necessidade de uma maior abertura da nossa sociedade. Numa palavra, de tudo o que doía. E aqui aconteceu o imprevisto.

O assistente mais próximo de Sakharov trai o seu mestre e foge para a América, levando consigo documentação extremamente secreta. Para Sakharov chegou o tempo de problemas muito sérios. Talvez devesse retirar-se, esperar, mas o seu caráter é outro. E ele decidiu: o apelo seria endereçado a Brezhnev e ficaria apenas uma assinatura — a dele.

Chegou ao instituto e, longamente, pacientemente explicava que, naquela situação, bastava apenas a sua assinatura, porque para os outros isso poderia custar demasiado caro. Salvando-nos, ele nem sequer podia imaginar quão poderoso era o sistema contra o qual se insurgia. Tentaram tirar-lhe tudo — a fama, as regalias, as condecorações. O dinheiro deu-o ele próprio — dezenas de milhares de rublos para a luta contra o cancro.

Passados alguns anos (as lagartas dos tanques soviéticos já tinham passado pelas ruas de Praga), realizou-se em Moscovo a Conferência Internacional de Física de Partículas Elementares. Muitos cientistas estrangeiros boicotaram este encontro. Antes do início da conferência, Sakharov escreveu no quadro com letras grandes: «Obrigado a todos os que não vieram».

Depois disso não voltei a encontrar-me com Andrei Sakharov. Chegaram as mudanças. Via-o no ecrã da televisão — parecia mortalmente cansado. Tratava-se comigo de uma doença grave um dos seus conhecidos, companheiro na luta política. Pedi-lhe mais do que uma vez: «Traz o Sakharov, por favor. Ele pode ser ajudado. Ou combinem e eu irei ter com ele». O meu paciente prometeu várias vezes cumprir o meu pedido, mas não manteve a palavra. Quando o coração de Sakharov não aguentou, não pude tratar mais o seu «amigo». Pediu-me muito, mas fechei-lhe a porta para sempre. Passado meio ano, ele morreu.

Nunca tratei e não tratarei pessoas pérfidas, gananciosas, invejosas e más. Que Deus me julgue se não tiver razão.

NOS CÉUS É SOLENE E ADMIRÁVEL...

«Gostaria de saber por que brilham as estrelas... Talvez porque cada um, mais cedo ou mais tarde, poderá encontrar de novo a sua estrela.»
Antoine de Saint-Exupéry, «O Pequeno Príncipe»

A astrologia não necessita de elogios — é uma ciência séria que mais de uma vez foi declarada fora da lei. Ouçam a interpretação da palavra «astrologia» no dicionário enciclopédico soviético, editado há apenas dez anos: «doutrina sobre a suposta ligação existente entre a disposição dos astros celestes e os eventos históricos, os destinos das pessoas e dos povos, surgida na antiguidade... Esteve difundida durante a Idade Média, continua a florescer num conjunto de países capitalistas, onde utilizam os serviços dos astrólogos para a previsão do futuro (elaboração de horóscopos)».

A palavra grega «astron» significa estrela. Em anos passados há muito, os iniciados na astronomia começaram a notar que, perante uma ou outra relação entre os planetas, periodicamente e de forma repetitiva eclodiam guerras, colhiam-se colheitas nunca vistas, difundiam-se

epidemias ou rugiam catástrofes naturais. Foram feitas as primeiras tentativas de previsão «estelar», que se tornavam cada vez mais concretas, mais precisas, mais pessoais. É sabido que os sacerdotes pediam à mãe de Alexandre o Grande que esperasse pelo parto pelo menos vinte minutos — após o decurso desse prazo as estrelas deslocar-se-iam no firmamento e o futuro conquistador de metade do mundo não sofreria tal fado trágico.

Na elaboração dos horóscopos, os nossos antepassados estabeleceram a interligação entre o círculo zodiacal e os planetas do sistema Solar, sendo que Vénus e Júpiter deveriam influenciar beneficamente, e Marte e Saturno negativamente. O conhecido cientista russo Kozyrev provou que a Terra já «alimenta» há milénios o seu satélite Lua com energia. Segundo ele, a Terra e a Lua formam um par de causa-efeito. Por isso, é perfeitamente natural que das influências destes vizinhos cósmicos mais próximos dependa o bem-estar e até o decurso de toda a vida do homem.

Os cientistas realizaram a seguinte experiência: fizeram um «calendário» de 1949 assassinatos, compararam-nos com as fases da Lua e processaram o material com computador. O resultado ditava que o número máximo de assassinatos foi cometido durante a lua cheia. O pico seguinte coincide com a lua nova. Não é por acaso que no Oriente se considera há muito tempo que, na lua nova, as condições para erros graves, infortúnios e outros males são as mais favoráveis.

Propriedades semelhantes eram atribuídas a dias específicos. Aceitavam o domingo como feliz, apadrinhado pelo Sol, e o sábado era um dia sem sorte, porque cai inteiramente sob a influência de Saturno. As designações dos dias da semana nas línguas antigas (e também nas modernas) ostentam os nomes de um determinado planeta. Curandeiros conhecidos da antiguidade escolhiam as horas do dia favoráveis para a cura. Nas aldeias russas, até ao dia de hoje, a avó nunca obrigará o neto a dormir ao pôr-do-sol — não há benefício em tal descanso. É melhor dormitar um pouco à tarde.

Os cientistas descobriram biorritmos internos — ciclos que atuam na vida do homem desde o momento do seu aparecimento no mundo: o ciclo físico é igual a 23 dias, o emocional a 28. No âmbito do ciclo físico mudam em intensidade a resistência, a vontade, a coragem, o autodomínio, os fluxos e refluxos da força vital «chi». O biorritmo emocional regista a mudança de estados de espírito, a sensibilidade, a intuição.

Significativamente mais tempo dura o ciclo intelectual, abrangendo na escala temporal da existência humana 33 dias. Nestes limites observa-se uma subida da atividade mental e a sua descida. Tendo em conta as datas de nascimento, elaboram-se horóscopos eletrónicos nos quais se assinalam os dias favoráveis e de baixa produtividade, até os dias de crise e, desta forma, podem evitar-se erros graves.

Será que esta síntese de conhecimentos antigos e conquistas modernas testemunha a reabilitação, pelo menos parcial, da astrologia? Estou convencida de que sim. Os relojoeiros japoneses e suíços já produzem intensamente relógios que registam os biorritmos dos seus proprietários e mostram os dias em que os conhecimentos são melhor absorvidos, podem ser estabelecidos recordes olímpicos ou mostrados milagres de autodomínio.

No reino do Butão, a elaboração de horóscopos tem uma importância especial. Se os sábios locais consideram que um ou outro dia pode trazer infortúnio, por decreto do rei o dia «negro» é simplesmente cancelado. Tal fado aguarda também qualquer mês «mau», por isso no calendário butanês poderá não encontrar o mês de setembro (isto está confirmado com documentos!), e em dois anos consecutivos poderá não haver agosto.

Analisando de forma bastante superficial os métodos de previsão, podemos mencionar também o ciclo de doze anos do calendário oriental, embora em cada país específico ele sofra alterações insignificantes ao adaptar-se às condições locais. Utilizando a tabela oferecida, podemos compreender imediatamente qual o ano — da Cabra ou, por exemplo, do Tigre — que determina o seu fado.

Cavalo	**Cabra**	**Macaco**	**Galo**	**Cão**	**Porco**	**Rato**	**Boi**	**Tigre**	**Gato**	**Dragão**	**Serpente**
1930	1931	1932	1933	1934	1935	1936	1937	1938	1939	1940	1941
1942	1943	1944	1945	1946	1947	1948	1949	1950	1951	1952	1953

Cavalo	**Cabra**	**Macaco**	**Galo**	**Cão**	**Porco**	**Rato**	**Boi**	**Tigre**	**Gato**	**Dragão**	**Serpente**
1954	1955	1956	1957	1958	1959	1960	1961	1962	1963	1964	1965
1966	1967	1968	1969	1970	1971	1972	1973	1974	1975	1976	1977
1978	1979	1980	1981	1982	1983	1984	1985	1986	1987	1988	1989
1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001

Existe ainda outro guia nas ondas impetuosas da nossa vida passageira. Segundo o horóscopo celta, pode descobrir a árvore que o apadrinha.

- **Carpe:** 2-11 de dezembro, 4-13 de junho
- **Figueira:** 12-21 de dezembro, 14-23 de junho
- **Faia:** 22 de dezembro
- **Bétula:** 24 de junho
- **Macieira:** 23 de dezembro-1 de janeiro, 23 de junho-4 de julho
- **Abeto Branco:** 2-11 de janeiro, 5-14 de julho
- **Olmo:** 12-24 de janeiro, 15-25 de julho
- **Cipreste:** 25 de janeiro-3 de fevereiro, 26 de julho-4 de agosto
- **Choupo:** 4-8 de fevereiro, 3-13 de agosto
- **Lódão:** 8-18 de fevereiro, 14-23 de agosto
- **Pinheiro:** 19-29 de fevereiro, 24 de agosto-2 de setembro
- **Salgueiro:** 1-10 de março, 3-12 de setembro

- **Tília:** 11-20 de março, 13-22 de setembro
- **Oliveira:** 23 de setembro
- **Avelaneira:** 22-31 de março, 24 de setembro-3 de outubro
- **Ácer:** 11-20 de abril, 14-23 de outubro
- **Nogueira:** 21-30 de abril, 24 de outubro-2 de novembro
- **Jasmim:** 1-14 de maio, 3-11 de novembro
- **Castanheiro:** 15-24 de maio, 12-21 de novembro
- **Freixo:** 25 de maio-3 de junho, 22 de novembro-4 de dezembro

POR MINHA VONTADE

«Quereis que em dois dias eu cure com água pura a febre mais forte, embora todos os vossos doutores já tenham desistido de tratar o doente?» Alexei Kuprin, «Olesya»

«Mostra-me as tuas mãos e eu dir-te-ei o que fazes». Recordo-me deste provérbio italiano sempre que mais um «investigador» começa a estudar as minhas palmas ou quando repórteres maçadores me interrogam sobre os segredos profissionais. Não há segredos. Eu própria às vezes gostaria muito de compreender que força está escondida nas minhas mãos e como se pode com as palmas «afugentar» até a doença mais negligenciada, sem tocar no doente.

Era impossível não notar esta jovem — ela dificilmente continha as lágrimas e não conseguia esconder a dor que subitamente a atingira. Na primeira paragem, sem muitas palavras, tirei-a pela mão da carruagem e na estação do metropolitano, junto à coluna de mármore branco, removi a crise cruel. (Ainda não tinham aparecido as imagens misteriosas dos messias televisivos e, ao observarem as minhas manipulações, os passageiros atrasados rodavam o dedo junto à têmpora ou apressavam o passo).

Mas Olya, assim se chamava a minha paciente ocasional, já sorria. Inclinara a cabeça com incredulidade e escutava-se a si própria. A dor acalmara temporariamente. Esta foi a primeira vitória. Depois realizei dez sessões para que a Olya pudesse esquecer para sempre as crises de dor de cabeça tortuosas de muitos anos, que quase nunca a abandonavam. Após o tratamento ela ofereceu-me um belo relógio de pulso que, infelizmente, o meu filho traquina desmontou e danificou.

Estou certa de que ainda durante muito tempo não serão decifrados os segredos do biocampo, do fluido magnético, do magnetismo animal, da força vital, do prana — fenómenos homogéneos mas, apesar disso, não menos misteriosos. Sem entrar nos detalhes das buscas milenares dos lamas e sacerdotes orientais, notarei que dos médicos europeus o primeiro, o suíço Theophrastus Bombast (Paracelso), começou seriamente a estudar o «magnetismo».

O sábio medieval, perseguido por tolos e ignorantes, notou que o íman «cura corrimentos dos olhos, ouvidos, nariz e revestimentos externos. Da mesma forma curam-se feridas nas coxas, cancro, hemorragias nas mulheres. Além disso, o magnetismo levanta hérnias e cura fraturas, faz cessar a icterícia, corta a hidropisia, como eu mais de uma vez me convenci na prática...»

Os seguidores de Paracelso foram mais longe que o seu mentor, pressentindo que propriedades curativas possui também a «força vital», que pode ser emitida pelos olhos, pelas mãos e por outros órgãos corporais. Na série infinita de investigadores do «magnetismo animal», Stefan Zweig atribui o primeiro lugar a Franz Anton Mesmer. É precisamente do seu laboratório magnético, considera o escritor mundialmente famoso, que provêm... todas as ciências ocultas, todas as experiências telepáticas e telequinéticas, tudo o que é profético e premonitório em sonhos, embora a conclusão da Academia de Ciências de Paris de 11 de agosto de 1848 afirme que «as experiências de Mesmer são prejudiciais e perigosas para a saúde e não representam valor».

Deixemos esta frase comprometedora à consciência dos luminares da ciência francesa daquela época. Independentemente dos ataques por parte de académicos coroados de louros, Mesmer continuou as suas experiências. Trabalhando com hipnose, certa vez o cientista foi atingido pela seguinte conjetura: o Universo é atravessado por um «fluido magnético», a base

energética da criação. Num determinado lugar o fluido pode acumular-se, mas da mesma forma pode estar em falta! Não será esta a causa de muitas das nossas dores? Será possível que na base esteja o desequilíbrio energético?

E Mesmer estabeleceu como objetivo aprender a curar todas as doenças através da redistribuição das reservas de fluidos. Ele próprio aprendeu a emitir «magnetismo animal» pelas pontas dos seus dedos, carregando com ele água ou recipientes cheios de limalha de ferro. O contacto com a substância «carregada» curava cegos, coxos e surdos, aliviando o sofrimento dos doentes crónicos. Numa palavra — Mesmer dominou os «milagres comuns».

A estes milagres atribuíam origem divina, embora não tenham nada a ver com o místico e o sobrenatural. Criam-se e espalham-se histórias incríveis, lendas e tradições sobre ícones, cruzes e relíquias milagrosas. Os ateus convictos do nosso século consideravam tudo isto como "histórias da carochinha" e invenções de padres. Mas as últimas investigações de cientistas de Sampetersburgo provam que os ícones têm uma capacidade vincada de acumular informação.

Além disso, quanto mais antigo é o ícone, mais poderoso é o campo informacional-energético por ele criado. Se penetrar na essência do fenómeno, tanto Mesmer como os servos da igreja utilizavam o mesmo método para aliviar o sofrimento das pessoas. E, por isso, é particularmente triste e lamentável que, repetidamente, esqueçamos a experiência dos antecessores e comecemos a inventar a roda, em vez de avançarmos vertiginosamente.

Mas antes de falarmos sobre a especificidade do biocampo, devemos familiarizar-nos brevemente com a questão do diagnóstico. Tantos quanto são os curandeiros e os magos, tantos são os modos de diagnosticar. Já escrevi que a minha avó sabia reconhecer os sinais da doença pela cor do rosto e da pele, pelo ritmo do pulso e pela íris do olho, pelas unhas e pela respiração. O modo mais rápido do mundo de colocar um diagnóstico médico é aplicado pelos especialistas japoneses. Após o processamento das respostas do doente a 233 perguntas, o computador envia-o para este ou aquele médico. É claro que o que vou dizer é arriscado, mas alguns videntes meus conhecidos, pela rapidez de ação, podem competir com os computadores japoneses.

No que me diz respeito, eu simplesmente vejo a maioria das patologias dos órgãos internos dos meus pacientes. Hoje a medicina não foge de tais casos "como o diabo da cruz" e, cada vez mais frequentemente, chega-se a um compromisso e à colaboração com curandeiros. Emitem-se diplomas especiais com a qualificação de «radioscopia da visão». Para tal certificado não me candidatei, simplesmente não houve necessidade. Mas estou pronta a amigar-me com a medicina oficial. O exame de contacto do doente não é uma tarefa particularmente difícil. Significativamente mais interessante é o diagnóstico à distância. Lembro-me de como uma vez intriguei fortemente um amigo da família, que começou a falar sobre um seu conhecido de longa data.

— Ele é realmente uma boa pessoa — disse eu, após ouvir o relato interessante. — Pena é que o coração dele não esteja bem, e os pulmões também não estejam em ordem.

O meu amigo partiu pensativo. Sendo um homem curioso e empreendedor, decidiu usar a sua posição profissional e propôs-me participar numa experiência. Ele apresentava um programa de televisão e, durante a emissão, convidou os telespectadores a enviar as suas fotografias. O jornalista televisivo escolheu uma dezena de fotografias, trouxe-mas e registou conscienciosamente todos os diagnósticos à distância. Passada uma semana e meia ou duas, começaram a chegar as respostas. Eis o que comunicou Lyudmila, de Lipetsk: «Lyudmila Kim estabeleceu o diagnóstico da nossa filha com cem por cento de precisão. Isto dá-nos esperança. Se um ser humano tem tais capacidades únicas, as suas possibilidades são ilimitadas...» Samoylina, de Ryazan: «Os diagnósticos colocados por Kim pela minha fotografia foram confirmados por médicos especialistas. Tenho um grande pedido...»

Os resultados da experiência televisiva foram os seguintes: 80% dos diagnósticos revelaram-se corretos. Já me aconteceu observar como se colocam diagnósticos por objetos do doente, até pelo telefone — tais experiências não são truques de palco, não são prestidigitação nem um fim em si mesmos. O mais importante é determinar de que ajuda concreta o doente necessita, porque a escolha do tratamento, tal como antes, continua a ser o calcanhar de Aquiles da medicina oficial. Quem de nós não se deparou com erros grosseiros no diagnóstico?

Essas falhas são consequência da irresponsabilidade, do desleixo e do fraco profissionalismo. Por outro lado, pode-se ficar impressionado com a constância e a paciência dos curandeiros tibetanos que, ao realizarem o seu «exame de estado», tinham de recitar de cor o texto do famoso Tratado em Quatro Volumes. O examinando começava a recitar com os primeiros raios de sol, e as últimas linhas do «Gyud-Zhi» eram proferidas tarde na noite, quase caindo de cansaço. E isso era apenas o início, o primeiro degrau no caminho para o conhecimento. O ensinamento propriamente dito começava mais tarde.

No século XIII, o famoso médico sírio Abul-Faraj formulou a condição triunina para a cura. Ele chegou à conclusão de que, em todos os casos, o resultado é determinado pela influência mútua do doente, da doença e do médico. Se o curandeiro conseguir selar uma aliança com o paciente, a doença levantará imediatamente a bandeira branca. Mas se o doente duvida, se se resignou ou até se habituou à sua doença, o mais frequente é o tratamento não ser bem-sucedido. Por isso, logo no primeiro encontro, no próprio início da conversa, tento sempre perceber até que ponto o paciente acredita nas suas e nas minhas forças, até que ponto é decidido e firme.

A experiência mostra que nenhum vidente, por mais excecional que seja, ou médico mundialmente reconhecido, pode ajudar o paciente se este estiver inclinado apenas a nadar ao sabor da corrente, fiando-se nos milagres da medicina ou nos medicamentos. Na maioria dos casos, consigo quebrar a resistência interna e só então chega o sucesso. Não são menos importantes o nome e a autoridade do curandeiro, que se criam com décadas de trabalho árduo, mas que depois compensam no trabalho.

Com um dos curandeiros famosos de há alguns séculos aconteceu uma história curiosa — ao dirigir-se ao doente, por distração, esqueceu os seus famosos ímanes e teve de trabalhar com dois pedaços de madeira. Verificou-se que esse não foi o único caso na sua prática, mas os doentes curavam-se. Não será esta uma prova convincente da força da sugestão! Não foi em vão que Bekhterev, no início do nosso século, registou o seguinte pensamento: se o doente não se sentir mais aliviado após o encontro com o médico, este não é médico nenhum.

Este capítulo não conterá recomendações acabadas ou um método generalizado de tratamento — em cada doença a abordagem deve ser

individual (e nos nossos hospitais bárbaros, com enfermarias apinhadas de camas, não só é difícil curar-se, como morrer como um ser humano é impossível!). As linhas de montagem são provavelmente boas para as fábricas da Ford, mas na medicina elas levam invariavelmente ao simplismo e ao amadorismo. Nos últimos anos, sem dias de folga e sem férias, atendo doentes todos os dias.

A palavra «paciente» em latim significa «sofredor» [ou «paciente» no sentido de quem espera], mas cada um pode contar com uma atenção exclusiva precisamente para si. Se as pessoas correm para ti com Fé e Esperança, tu tens o dever de as receber com Amor. Mas eu também sou pecadora; às vezes explodo, zango-me e até recuso atender uma pessoa que seja interesseira, invejosa, má. Por causa disso já tive de ouvir tanto ameaças como insultos, mas para minha grande felicidade, ainda assim, soam com muito mais frequência as palavras de agradecimento.

Muitas pessoas da longa fila de pacientes tornam-se meus amigos, especialmente se o caso foi muito difícil. A moscovita Shiryaeva foi trazida até mim literalmente ao colo. A coluna vertebral, danificada pela radiculite, expulsava do organismo a pouca «chi» — força vital — restante. Foi necessário colocar cada vértebra no seu lugar. No dia seguinte, a Tamara contou-me que, enquanto relatava ao seu acompanhante os pormenores da sessão, viu as luzes do autocarro a passar e só passados alguns instantes percebeu que estava a correr atrás dele. A doença raramente a preocupa, mas a Tamara já luta sozinha contra ela. Uma vez estava comigo quando eu fazia um diagnóstico por fotografia e, hesitantemente, tirou da mala a foto da filha.

— Ela já está no hospital. — E estão a tratá-la de quê? — Desvio da coluna e osteocondrose. — Trá-la imediatamente a mim, ouves? — Ouço, mas o hospital é um dos melhores, mal consegui interná-la lá... — Já te disse.

Consegui o que queria — em breve trouxeram a rapariga. Os meus receios confirmaram-se. A coluna doente era apenas a parte visível do iceberg — a Natasha tinha uma concussão cerebral e uma forte contusão nos rins. Como se veio a saber, a criança caíra de uma árvore. O tratamento que teria efeito numa verdadeira osteocondrose, neste caso, teria causado a paragem total da atividade dos rins. Para alegria de todos, esta desgraça passou, mas a Natasha, durante várias semanas, cumpriu minuciosamente

todas as minhas prescrições. Agora visita-me frequentemente, escuta atentamente as conversas, observa, memoriza. Ela possui um dom curativo indubitável. Em breve começarei a dar-lhe a literatura necessária e, com o tempo, surgirá na capital uma nova curandeira.

Valeriy Mertunov só conseguiu apresentar-se (trabalhava na televisão) após várias sessões — tão forte era a dor na perna, atingida por tromboflebite. Aproximadamente após uma semana consegui remover o edema, regular a circulação sanguínea e «limpar» o organismo debilitado. Segundo a lógica normal, se as dores são na perna direita, deveria atuar-se sobre ela. Mas o perigo no tratamento da tromboflebite é que é possível que o trombo se solte.

Por isso, «trabalhei» na perna esquerda, curando o seu sangue, e depois, pelo princípio dos vasos comunicantes, este curava o local doente. Mertunov tentou convencer-me durante muito tempo a fazermos um filme para demonstrar o processo de tratamento. Começou a reunir material de vídeo, mas estava sempre descontente — as minhas sessões não possuíam uma visibilidade óbvia, não eram atrativas.

— Compreendes, eu gostava que o cego subitamente visse a luz, e que o inválido atirasse as muletas fora.

Eu sentia-me culpada, mas quando lutas contra as doenças, não pensas na tua dramaticidade. Aliás, da sua perna até há pouco tempo horrivelmente inchada, ele já nem se lembrava.

O escritor inglês Chesterton definiu o amadorismo da seguinte forma: para ele nada é difícil e nada lhe é alheio. Estas palavras vêm-me à mente em cada encontro com curandeiros e videntes medíocres, que prejudicam significativamente mais as pessoas do que ajudam. De forma cada vez mais grosseira, cada vez mais agressiva, mãos más, impuras e interesseiras estendem-se para a matéria delicada do organismo humano.

Há um ano e meio encontrei nos arredores de Moscovo um desses infelizes curandeiros. Na sua «clínica», em enormes sacos de papel, havia urtiga, raiz de dente-de-leão, flor de tília e margaridas. Com letras tortas e com muitos erros, estavam escritos nos sacos o nome do remédio e o modo de utilização: para a cabeça, para o fígado, para as hemorroidas. Ele gabava-se de curar com sucesso e pedia-me que lhe emitisse um documento

oficial «com selo». O «documento» deveria regulamentar a sua atividade como curandeiro popular.

O documento em si é inocente — terríveis são os impostores que se escondem atrás dele. A astuta mente rural avaliou a situação — as pessoas não só precisam de tratamento, como de ajuda e, além disso, muitas vezes não de institutos oficiais e desacreditados — e o homem dedicou-se a um ofício lucrativo. Na consciência destes «curandeiros» flutuam as grandes quantias de dinheiro. Não lhe dei documento nenhum. Proibi-o de curar. O que faz hoje — não sei, mas provavelmente continua a roubar os seus vizinhos crédulos.

Não é por acaso que me assusto com o amadorismo. Contarei o seguinte caso. Um ginecologista ignorante trata Lyuba Petrova. A jovem sofreu 12 abortos espontâneos — é até impossível para um ser humano imaginar tal coisa. Mas, repetidamente, tratam-na de infertilidade, embora o mecanismo da incapacidade de levar a gravidez a termo não seja tão complexo. Verificou-se que a Lyuba tinha os rins e o fígado doentes. Juntamente com o sangue, os tecidos doentes chegavam ao feto e matavam-no.

A Lyuba queria muito ter um filho. Veio ter comigo assustada e desesperada. Juntas descobrimos as causas dos insucessos anteriores. Durante meio ano extraí os cálculos da bílis, limpei a areia dos rins, engrossei as paredes finas do útero, traumatizado pelas infindáveis curetagens e exames, e só depois disso permiti uma nova gravidez. A Lyuba tem uma filha maravilhosa, e eu sou a madrinha.

Mark Twain escreveu um conto sobre como se vive no outro mundo. Tudo é como se fosse na terra, só que as pessoas lá trabalham por vocação. O ator sem talento transforma-se em cientista, e o comandante militar incompetente é um bom jardineiro. Eu era química profissional e como é bom que tenha tido juízo suficiente para mudar o meu destino aqui, na terra, sem esperar pela vida de além-túmulo.

Recentemente veio ter comigo uma mulher que se considerava uma conhecedora de quiromancia. Ela queria apenas precaver-se — o dia da operação já estava marcado, e na sua palma mostrou-me um quadradinho, invisível para mim, que vaticinava, segundo ela, uma intervenção cirúrgica inevitável. Consegui convencê-la a não ter pressa com a operação. Após

procedimentos prolongados e numerosos, a minha paciente sentiu-se significativamente melhor. O incrível foi que, depois disso, ela não conseguiu encontrar o quadrado que vaticinava a operação — ele tinha simplesmente desaparecido!

Não é por acaso que o grande conhecedor da astrologia Ptolomeu escreveu no seu «Tetrabiblos»: «As estrelas indicam, mas não obrigam». Não esqueçam isto pelos trilhos íngremes e encruzilhadas da vossa vida.

SABEREMOS RESPIRAR?

Os iogues estão convictos de que a respiração «torácica» europeia é absolutamente errada. O bem-estar vem apenas com a respiração diafragmática e apenas pelo nariz. Para o estado saudável do organismo, deve-se dominar a alternância rítmica de inspiração e expiração. A diferença fundamental deste tipo de respiração consiste no facto de a expiração durar o dobro do tempo da inspiração. Desta forma elimina-se tanto a agitação como o cansaço e a apatia.

A respiração completa deve ser praticada ou num quarto bem ventilado ou ao ar livre. Primeiro, expira-se o ar prolongadamente pelo nariz; depois, de novo pelo nariz, inspira-se longamente. Tente sentir como o ar incha o seu abdómen, preenche os pulmões e até a garganta, como é saboroso e necessário para o seu organismo. Expire também pelo nariz, recolhendo lentamente o abdómen, expelindo o ar dos pulmões. Sentirá como o seu corpo se preenche de força vital.

Antes de dormir é útil respirar separadamente com cada narina. Deite fora o ar, com o polegar da mão direita pressione a narina direita e, pela esquerda, faça sete inspirações e expirações lentas.

Se a insónia o atormenta, deite-se de costas e relaxe o corpo; verifique cada músculo, cada osso, iluminando-os com um feixe vermelho e quente de uma lanterna imaginária. Quando se convencer de que o seu corpo está realmente calmo, inspire profundamente e expire lentamente pela boca. Arredonde os lábios e imagine que, com o seu hálito, está a aquecer as mãos geladas de uma criança — tão quente e bom é este hálito. Tente imaginar que o seu hálito é perfeitamente percetível, material, e que, como um fluxo quente, cobre, girando em espiral, todo o seu corpo relaxado,

desde os dedos dos pés até ao topo da cabeça. O fluxo é denso. Se necessário, repita o exercício mais uma vez. A experiência mostra que, para muitas pessoas, basta apenas um «casulo» para dormirem profunda e calmamente.

TOSSE FORTE, BRONQUITE

- No outono, escavar raiz de cálamo aromático, lavar bem, cortar as raízes pequenas e secar ao sol. (Aliás, é útil também para um baço fraco). No caso de bronquite crónica, toma-se o pó da raiz de cálamo três vezes ao dia antes das refeições, na dose de 0,6 gramas.

- Misturar 0,5 l de sumo de rábano preto ralado com 400 g de mel. Tomam-se duas colheres de sopa à noite antes de deitar.

- Tomam-se 2 a 3 colheres de sopa de infusão de cascas de tangerina, 3 vezes ao dia antes das refeições. (A infusão é utilizada também como meio externo em fungos da pele. A tintura de cascas de laranja ajuda em distúrbios do trato gastrointestinal).

- Derreter resina de abeto e cera amarela na proporção de 1:1, depois deixar arrefecer. Colocar a mistura sobre brasas quentes e respirar os vapores.

TOSSE SECA

- Mistura-se sumo de rábano com mel (1:1), bebe-se a mistura morna, 1 colher de sopa, 5 a 6 vezes ao dia. Ajuda também o xarope de mirtilos: dissolve-se uma colher de sopa de mirtilos num copo de água a ferver. Bebem-se 2 a 3 copos por dia.

- Ferve-se 1 limão em lume brando durante 10 minutos. Deixa-se arrefecer, descasca-se e espreme-se o sumo para um copo. Adicionam-se 2 colheres de sopa de glicerina, mexe-se a mistura e completa-se o copo com mel. Se a tosse for frequente e forte, tomam-se 2 colheres de chá da mistura, 3 vezes ao dia antes das refeições e a última vez antes de dormir. Se o doente tosse com menos frequência, mas de forma forte e seca, deve dosar da seguinte

forma: 1 colher de chá antes e depois do pequeno-almoço, almoço e jantar e obrigatoriamente antes de deitar.

- Numa panela esmaltada sem fissuras, tapada com um prato, em lume brando, ferve-se um copo de leite e uma colher de sálvia. Deixa-se arrefecer a mistura e leva-se novamente a ferver. Beber quente antes de dormir, com o doente bem agasalhado.

- Deitar 0,5 l de vodka sobre 20 g de absinto e manter durante pelo menos 24 horas em local escuro e fresco. Tomar 1 colher de sopa, 3 vezes ao dia antes das refeições e antes de dormir. Não deve ser usado por crianças.

- Ralar uma cebola grande descascada. Misturar a massa obtida com banha de ganso. Com esta mistura, friccionar o peito e o pescoço do doente e envolver com um pano. A mistura pode ser tomada, 1 colher de sopa, de manhã em jejum.

- Misturar sumo fresco de cenoura com a mesma quantidade de leite. Beber 5 a 6 vezes ao dia.

- Beber uma mistura de sumo de mirtilo e a mesma quantidade de mel.

- Misturar duas colheres de sopa de natas frescas com 2 gemas, 1 colher de chá de farinha e 2 colheres de mel. Beber uma colher de sopa, 3 a 5 vezes ao dia antes das refeições.

Esmaga-se finamente um dente de alho, mistura-se num copo de leite e leva-se a ferver. Toma-se 1 colher de chá várias vezes ao dia.

ASMA BRÔNQUICA

- Secam-se flores de tussilagem (*подбел*) colhidas no início da primavera e reduzem-se a pó. Diariamente fervem-se e ingerem-se 12 g do pó. O efeito é reforçado se a este pó se adicionar a mesma quantidade de amêndoas de caroço de alperce trituradas. A mistura é fervida e tomada 3 vezes ao dia.

- Em muitos casos, ajuda a tintura alcoólica (de vodka) de sabugueiro, que é útil também para a tosse profunda.

- Escaldam-se folhas de eucalipto com água a ferver. Fazem-se inalações durante 10-15 minutos.

- Num copo de leite ou em água, fervem-se 5-10 g de sementes de cânhamo trituradas. A infusão deve ser bebida num dia, em várias vezes.

- 300 g de mel, preferencialmente de tília, meio copo de água e uma folha de aloé triturada devem ferver em lume brando durante 2 horas. Deixar arrefecer, mexer e guardar em local fresco. Tomar uma colher de sopa 3 vezes ao dia.

- Cortam-se longitudinalmente as pontas de caules de framboeseira recém-cortados (15-20 cm), regam-se com água a ferver e fervem-se 15-20 minutos em lume brando até obter uma cor de cereja escura. A mistura repousa uma hora e meia numa garrafa térmica. Em constipações antigas, bebe-se um copo todos os dias.

- Aquece-se uma colher não cheia de açúcar até caramelizar e verte-se num pires com leite. O rebuçado de açúcar deve ser chupado até derreter. Ajuda na tosse seca.

- Chá peitoral composto por folhas de tanchagem, flores de trevo, segurelha, menta, orégãos, trevo-dos-prados, folhas de tussilagem, folhas e frutos de macieira brava, raízes de malva, levístico e alcaçuz.

- Tomam-se 15 g de sumo de aloé, 100 g de gordura interna — de ganso ou de porco —, 100 g de manteiga, a mesma quantidade de mel e 50 g de cacau. Toma-se com um copo de leite quente, uma colher de sopa de manhã e à noite.

- Chá de folhas de lilás, colhidas no período da floração. (Aliás, a tintura de gomos de lilás, colhidos na primavera durante a floração e secos à sombra, ajuda os doentes com diabetes. Ferve-se 1 colher de sopa de gomos em 1 litro de água a ferver e bebe-se 1 colher 3 vezes ao dia antes das refeições.)

GRIPE

- Rala-se uma cebola. A massa obtida é colocada entre duas camadas de gaze. A compressa é mantida durante 10 minutos na parte inferior do nariz, previamente untada com creme (para evitar inflamação). O procedimento realizado três vezes num dia protege contra a gripe.

- Para uma prevenção direcionada contra a gripe, ralam-se 2 limões (sem sementes). Ralam-se também duas cabeças de alho. A papa obtida é misturada e regada com 1 litro de água fervida. Mantém-se 3 dias em local escuro à temperatura ambiente. A infusão é coada, colocada no frigorífico e bebe-se 1 colher em jejum. A profilaxia dura do início do outono até ao final da primavera. O efeito é estável.

- Em caso de rinite ou gripe incipiente, bebe-se a cada 2-3 horas uma mistura de sumo de cebola e mel.

- Durante uma epidemia de gripe, fazem-se lavagens nasais com água morna e iodo (9-10 gotas de iodo num copo). A água é inspirada pelo nariz várias vezes.

ANGINA (AMIGDALITE)

- Na fase inicial, deve-se mastigar mel de favo (com cera de abelha) durante várias horas. A prática mostra que a doença desaparece.

- Rala-se cerca de um copo de beterraba, junta-se uma colher de vinagre e deixa-se a mistura repousar. Depois, espreme-se o sumo, fazem-se gargarejos com ele e bebem-se 1-2 colheres.

- Para o tratamento da angina, deve-se chupar um cravo-da-índia (especiaria) e, passado algum tempo, mastigar o núcleo.

- Rala-se rábano e cebola, espreme-se o sumo e bebe-se uma colher de sopa de manhã e à noite. Durante a noite, coloca-se uma compressa de cebola ralada no pescoço.

- Deita-se 1 colher de sopa de petróleo num copo com água morna. Bebe-se metade do copo e faz-se gargarejo com a outra metade. Pode-se também fazer uma compressa.

- Em constipações com febre alta, ajuda o sumo de viburno (*калина*). Bebe-se meio copo. (É contraindicado em caso de tensão arterial baixa).

- Chupa-se um pedaço de limão durante cerca de uma hora e depois mastiga-se. Ajuda especialmente no início da doença.

- Em angina avançada, fazer gargarejos a cada hora com uma solução de 30% de ácido cítrico.

- Atam-se ao pescoço, com um xaile ou pano, folhas de couve fresca. As folhas devem ser trocadas a cada duas horas, até que a inflamação passe.

- Fervem-se 200 g de resina de abeto triturada, uma cabeça de cebola, 15 g de sulfato de cobre e 50 g de óleo. A pomada possui propriedades de aquecimento, cura também contusões, feridas e ossos partidos. Utiliza-se para compressas e para untar a mucosa do nariz.

- Ajudam também ovos cozidos, que são colocados em ambos os lados do nariz nas zonas afetadas até ao seu arrefecimento total.

DOENÇAS DA PELE E DOS OSSOS

Nas páginas seguintes lerá receitas que curam várias doenças da pele, do aparelho locomotor, da coluna vertebral, etc. Mas antes disso, um meio universal que trata doenças internas e «externas» — a própria urina.

- Em caso de escorbuto, beber a própria urina de manhã durante 9 dias. Tonifica o corpo.

- Lavar os ouvidos com urina morna — ajuda na má audição, ruídos e outras alterações.

- Lavar os olhos com a própria urina — purifica-os, fortalece a visão, cura doenças.

- Massagem nas mãos com urina — ajuda a pele.

- Ajuda particularmente bem a fechar uma ferida fresca.

- Na lavagem da parte inferior do corpo, cura hemorroidas.

ECZEMAS

- 1 colher de sopa de raízes de barda (*peneŭ*) e a mesma quantidade de raízes de dente-de-leão são regadas com 3 copos de água e deixadas em repouso durante a noite. De manhã, a infusão ferve 10 minutos. Beber meio copo 3-4 vezes ao dia.

- Recomenda-se uma infusão densa de casca seca de salgueiro jovem. Utiliza-se para compressas e ligaduras.

- Queimam-se ramos de salgueiro sobre um prato. Untam-se as zonas doentes com a resina do prato.

- 6 colheres de frutos de viburno, triturados num almofariz, são regados com 3 copos de água a ferver e repousam 4 horas. Bebe-se meio copo 4 vezes ao dia.

- Em líquenes e eczema seco, utilizam-se compressas de sumo de mirtilo.

- Sobre o eczema húmido, coloca-se pó de conchas de moluscos de rio trituradas.

- Enrola-se um jornal, incendeia-se por baixo e segura-se sobre um prato frio. Pela condensação no prato, forma-se uma resina amarela. Untam-se com ela as zonas doentes.

LÍQUENES

- Cortar e triturar passas de uva e esfregar com elas o líquen. É possível um efeito positivo logo após a primeira aplicação. As passas podem ser molhadas previamente.

- Untam-se as zonas doentes com o «leite» de qualquer tipo de eufórbia (*млечок*). O sumo desta planta ajuda no tratamento de várias verrugas, sinais, feridas que não cicatrizam e unhas atacadas por fungos.

- Esfrega-se a zona doente com alho e, em seguida, com carvão de bétula untado com sumo de raiz de barda. O procedimento dura meia hora.

- Untar a zona doente com uma mistura de leite fervido e cinzas de casca de carvalho.

FUNGOS NA PELE

- Untar a zona doente com sumo de limão.

- Esmaga-se alho e mistura-se com natas na proporção de 1:1. A mistura é aplicada na zona doente e trocada a cada 24 horas até à cura.

- Unhas dos pés afetadas por fungos são mergulhadas em infusão ou tintura de eufórbia.

- Podem-se fazer também banhos com uma solução de café forte (moído, não solúvel).

VERRUGAS

- Podem ser removidas facilmente se, várias vezes ao dia, forem untadas com uma solução forte de absinto.

- Alguns curandeiros recomendam, antes de deitar, deitar com uma pipeta sobre a verruga apenas uma (mas não mais!) gota de ácido acético. O curso do tratamento dura alguns dias.

- Corta-se uma batata de tamanho médio em 4 partes, esfrega-se a verruga, depois as partes são amarradas e enterradas na terra. Assim que a batata apodrece, a verruga desaparece.

CALOS

- Aplica-se na zona doente resina de conífera fresca e cola-se com penso rápido. É bom amolecer os calos previamente em água morna.

- Sobre o calo amolecido, coloca-se casca de limão com a polpa do limão. Após 2-3 procedimentos, os calos soltam-se de forma indolor.

BORBULHAS, SUPURAÇÕES, FURÚNCULOS

- 4 colheres de chá de folhas ou frutos de framboeseira triturados fervem em 2 copos de água a ferver, sendo depois coados. Bebe-se meio copo 4 vezes ao dia. A infusão de frutos bebe-se apenas morna.

- No local da supuração, aplica-se pão de centeio fresco, bem mastigado e fortemente salgado.

- Furúnculos untados com resina curam-se em 2-3 dias. (A toma diária de 3-5 g de resina ajuda no tratamento de eczema húmido, alivia doenças gripais e fortalece o organismo debilitado).

- Ralam-se 50 g de sabão caseiro preto, adiciona-se a mesma quantidade de farinha de centeio, 1 colher de óleo e 1 colher de

açúcar. A mistura obtida é regada com 3/4 de copo de água a ferver e ferve 2-3 minutos. Adiciona-se 1 vela de cera da igreja (o pavio é retirado cuidadosamente). A ligadura com esta massa é trocada a cada 24 horas. Para a cura completa, são necessárias cerca de 2 semanas. No início, não se exclui o aparecimento de dores. Este famoso método tibetano é usado não só para tratar furúnculos, mas também em inflamações das glândulas mamárias em lactantes, etc.

FERIDAS E ÚLCERAS QUE NÃO CICATRIZAM

- Utiliza-se sumo de qualquer tipo de feto.
- O feto verde (ferver e preparar banhos) ajuda também no reumatismo.
- Dormir num colchão cheio de folhas de feto frescas ajuda no tratamento de formas agudas de depósitos de sais, gota, reumatismo nas vértebras e artrite.
- Untar feridas e contusões durante três dias com resina de pinheiro ajuda na cicatrização de feridas. A resina é útil também em úlceras gástricas, se tomada internamente em pequenas porções.
- Feridas que tardam a cicatrizar tratam-se com minhocas.
- As feridas cicatrizam rapidamente se se aplicar pele de rã.
- Para os meus doentes, fervo uma mistura de banha de porco e naftalina (2:1).
- Raiz triturada de cálamo aromático ou o seu pó é molhado com água e aplicado na zona doente.
- Em inflamação de zona contundida, coloca-se cinza de absinto comum.

ESCROFULOSE NOS OLHOS, OUVIDOS, CABEÇA

- Ajuda a tintura de barda, colhida em maio. O sumo das raízes e folhas é recomendado para untar feridas e úlceras.
- Para amolecer a pele seca do rosto, batem-se 2 claras de ovo com 10 g de álcool puro, 40 g de amoníaco, 100 g de glicerina e 10 g

de água oxigenada a 5%. A pomada aplica-se à noite e lava-se de manhã.

- As suas rugas alisar-se-ão se, de manhã, se lavar com a sua própria urina e, após 5-10 minutos, com água morna sem sabão.

QUEIMADURAS

- Na zona doente, aplica-se cenoura ralada. Ajuda também na cicatrização de feridas e úlceras.

- Colocar uma gema crua numa frigideira quente. A gema queimará, mas restará um líquido que, como mostra a experiência, é o melhor remédio contra queimaduras.

- Após uma queimadura, misturar imediatamente gema com natas até à consistência de maionese, colocar a mistura numa gaze limpa e aplicar na zona doente. A dor passará e a ferida cicatrizará rapidamente.

- «Bolinhos» ou ligaduras de batata recém-ralada aliviam a dor e ajudam na cicatrização rápida.

- Na zona doente, coloca-se caule de ruibarbo moído e misturado com mel. Não só a dor passa, como não ficam vestígios de feridas.

- A zona afetada pode ser coberta com rábano preto ralado ou com as suas sementes.

- Frita-se farinha de trigo até ficar amarela, amassa-se com água e unta-se a zona doente.

DEPÓSITO DE SAIS (Bicos de papagaio)

- A 100 g de casca de carvalho adiciona-se 1 kg de casca de bétula e de choupo-tremedor e prepara-se uma infusão forte da mistura obtida. Bebe-se meio copo 3 vezes ao dia. Inicialmente é possível um ligeiro agravamento do estado geral, mas depois nota-se uma rápida melhora.

- Em 100 g de essência de vinagre colocam-se 2 ovos. Quando a casca se dissolver, retira-se a película, batem-se os ovos com 30 g de

natas e adiciona-se o líquido. O preparado obtido é espalhado sobre as articulações doentes.

- Cortam-se 3-4 cogumelos mata-moscas (*мухоморки*) vermelhos, regam-se com 2-3 litros de água a ferver. Após a infusão arrefecer um pouco, mergulham-se nela as zonas doentes. Pode ser usado também para compressas.

- Toma-se um aipo grande com a raiz, mói-se, espreme-se o sumo. Bebe-se o sumo (duas colheres) 3 vezes ao dia antes da comida; com o resto fazem-se compressas de aquecimento. Por regra, após uma semana desaparece qualquer «bico».

- Enche-se um recipiente a 3/4 com frutos de sabugueiro vermelho e rega-se com álcool. Após uma semana, a tintura pode ser usada para untar as zonas doentes ou para compressas.

- Para expulsar os sais em excesso do organismo, a medicina popular recomenda colher e secar à sombra folhas de todas as culturas de fruta e framboesa acessíveis. As folhas são fervidas e bebidas como chá.

- A poliartrite negligenciada trata-se com o «banho tibetano». Escava-se uma cova com 0,5 - 0,7 metros de profundidade. Nela queima-se lenha de bétula. Sobre as brasas adiciona-se lenha mais duas vezes. Sobre a camada de brasas formada colocam-se ossos velhos e espera-se que queimem. Depois disso, sobre as cinzas colocam-se toros molhados, para que não se incendeiem, e cobrem-se com uma camada espessa de agulhas de qualquer conífera. O doente senta-se sobre as agulhas. É coberto (pode ser até à cabeça) e fica assim sentado enquanto aguentar. Depois deve vestir-se e deitar-se 2 horas a descansar em local quente. O doente é limpo com uma toalha e é-lhe feita uma massagem geral.

- Nas aldeias russas, os doentes de reumatismo ou poliartrite despiam-se e eram enterrados num monte de estrume de cavalo.

- As doenças das articulações são mais frequentemente provocadas por alimentação incorreta e movimento limitado. Recomenda-se movimento constante (andar independentemente das dores) e privação de comida de carne e salgada. É conveniente a

abstenção de peixe, ovos, ervilhas, leguminosas, cogumelos, açúcar, café, chá, cacau e chocolate. Com o que se deve alimentar o doente? Frutas e vegetais frescos, mel, frutos secos, saladas e nozes (miolo).

- Particularmente eficaz na artrite é a água destilada com limão. Em caso de forte agudização, é bom não comer nada durante alguns dias e ficar apenas na dieta de água e limão. Após o jejum, pode começar-se gradualmente o consumo de sumos frescos, saladas, chucrute.

- A pomada preparada com manteiga e gomos de bétula tem fortes propriedades curativas. Coloca-se manteiga caseira fresca em camadas num pote de barro. Após cada camada (1 - 1,5 cm), coloca-se uma camada de gomos de bétula com a mesma espessura. O pote deve ser enchido quase até ao topo. Depois, durante 24 horas, é colocado num forno bem aquecido. Dos gomos embebidos espreme-se a manteiga e a esta adicionam-se 7-8 g de cânfora triturada. A pomada guarda-se no frigorífico em recipiente bem fechado. As zonas doentes são untadas antes de deitar.

- Os banhos de «terbintina branca» são úteis não só no reumatismo e depósitos de sais, mas também para o fortalecimento geral. Numa panela esmaltada dissolvem-se 30 g de sabão ralado (de bebé), 0,75 g de aspirina e ferve-se em lume brando, mexendo com uma colher de pau. À mistura quente adiciona-se 0,5 kg de terebentina de resina, mexe-se bem. A emulsão é guardada em garrafas de gargalo largo ou em frascos e é suficiente para 12-15 banhos. Os banhos fazem-se durante 2 dias, ao terceiro faz-se pausa. A duração dos banhos é de 15 minutos, a temperatura da água 37-38 graus. Os primeiros 20 banhos contêm emulsão com volume crescente: 20, 30, 40, 50, 60, 70, 80 e 90 mililitros. Os restantes banhos 30 mililitros. O efeito é impressionante.

- As folhas de barda colhidas em maio utilizam-se para ligaduras no reumatismo e poliartrite. A ligadura mantém-se da noite para a manhã.

- 1/5 de um copo com raízes de roseira brava deve ser regado com meio litro de vodka. Nos primeiros 3 dias, beber 1 colher de sopa 3 vezes ao dia, depois 50 gramas.

- Enche-se um frasco de meio litro ou garrafa com minhocas vermelhas de terra, rega-se com vodka até cobrir apenas a extremidade superior. O recipiente é coberto com papel ou papel grosso e atado, sem necessidade de hermeticidade. Após uma semana de exposição ao sol, a tintura é usada para untar todas as noites antes de deitar. Faz-se uma tintura de 1 colher de flores de lilás e 0,5 l de vodka. Utiliza-se para compressas. Ajuda também em feridas e contusões.

- Enche-se meia garrafa com formigas e rega-se com vodka ou álcool, após o que repousa em local escuro e quente. Utiliza-se em constipações com rinite, doenças reumáticas antigas. Bebe-se 2 vezes ao dia 0,5 - 1 colher de chá.

- Banho seco com formigas. Remove-se cuidadosamente a camada superior do formigueiro, coloca-se a mão ou perna doente, coberta com um lenço ou pedaço de pano, untados com óleo de anis ou com mel. Sobre o formigueiro pode estender-se uma peça de roupa do doente, que depois deve ser vestida — estará embebida em ácido fórmico.

- No reumatismo das pernas, costuram-se calças de lona, cobrindo o corpo da cintura até aos pés. As calças são enchidas com folhas de bétula de tal forma que as pernas fiquem envolvidas uniformemente de todos os lados. É possível uma forte transpiração das pernas, por isso devem prever-se folhas adicionais para a troca das que já humedeceram. Frequentemente a cura ocorre em menos de dez sessões.

- A infusão de batatas acalma as dores nas articulações e ajuda na consolidação dos ossos.

FRATURA DE OSSOS

- Tintura de flores de tussilagem, dente-de-leão, lilás e raiz de barda na proporção 1:1:1:1. Enche-se 3/4 de um recipiente com a mistura e rega-se com vodka. Utiliza-se para aplicações e compressas. A mesma tintura ajuda também no tratamento de feridas causadas por tempo prolongado na cama (escaras). Em combinação

com *shilajit* (*мумиьо*) é particularmente eficaz para a consolidação de fraturas «da velhice».

RADICULITE

- Os frutos de castanheiro-da-índia são moídos em pó e misturados em partes iguais com cânfora e banha. A mistura é espalhada finamente sobre uma fatia de pão preto e aplicada na zona doente. Do pão brota uma forte humidade.

- A zona doente é untada com uma camada fina de mel e coberta com 1-2 camadas de papel higiénico. Por cima colocam-se 2-3 retângulos de papel de mostarda (*горчица*), que são cobertos com plástico e um cobertor. A sensação de ardor e aquecimento interno não deve tornar-se dolorosa. A compressa não deve ser usada por mais de uma hora e meia.

- É eficaz também a papa de rábano ou rábano-picante ralado. Espalha-se sobre a zona doente. Para reduzir o picante, a massa obtida pode ser misturada com natas. Desta forma, tais compressas podem ser usadas também em crianças.

- Escaldam-se folhas de bétula e aplicam-se numa camada espessa sobre a zona inflamada. Cobrem-se com papel grosso ou plástico. O doente é bem agasalhado.

- Atuam beneficamente as tinturas com álcool ou vodka e barda. Utiliza-se para fricções e compressas.

- Recomendam-se também folhas frescas de rábano-picante, aplicadas na zona doente. As folhas devem ser trocadas e aplicadas durante vários dias.

DOENÇAS DO CORAÇÃO

- Ao longo das vértebras cervicais há duas cavidades. Devem ser massajadas de cima para baixo. Isto qualquer pessoa pode fazer a si própria. Depois, com o movimento de uma mão, «atire fora» como que a pressão dos dedos da outra e vice-versa.

Em caso de tensão arterial muito elevada, molhe um pano com vinagre — de maçã ou comum, a 5-6%. Coloque-o nos calcanhares durante 5 a 10 minutos. Durante este tempo, a tensão deve ser medida. Quando esta se

normalizar, o procedimento deve ser interrompido, para que a tensão não «caia» em demasia.

Em caso de depósitos inorgânicos de sais, recomenda-se o visco branco — uma planta parasita que se envolve em redor da bétula e do choupo. O visco tem um efeito calmante e regula a pressão, especialmente a cardíaca. O visco é reduzido a pó. Uma colher de chá bem cheia é regada com água a ferver e repousa uma noite numa garrafa térmica. Bebem-se 2 colheres de sopa aos goles, 15 a 20 minutos antes de deitar. Utiliza-se durante 3 a 4 meses.

Para a limpeza dos vasos sanguíneos existem dois métodos tibetanos muito antigos. O primeiro é à base de alho. Esmagam-se 350 g de alho num almofariz de madeira. Retiram-se 250 g da parte inferior da massa, onde o sumo é mais abundante, e regam-se com 200 g de álcool não diluído. A mistura repousa 10 dias em local escuro. Coa-se através de gaze e toma-se antes das refeições, em gotas, segundo o seguinte esquema:

Dia de toma	**Pequeno-almoço**	**Almoço**	**Jantar**
N.º de gotas			
1	1	2	3
2	4	5	6
3	7	8	9
4	10	11	12
5	13	14	15
6	15	14	13
7	12	11	10
8	9	8	7
9	6	5	4
10	3	2	1

Dia de toma	Pequeno-almoço	Almoço	Jantar
11	25	25	25
12	25	25	25

E assim sucessivamente até que o remédio acabe. Esta receita pode ser utilizada uma vez a cada cinco anos.

O segundo método, além de limpar os vasos, tem um efeito calmante. Misturam-se 1 copo de sementes de funcho, 2 colheres de sopa de raiz de valeriana triturada e 2 copos de mel natural. A mistura é completada com água numa garrafa térmica até perfazer 2 litros, repousa 1 dia e bebe-se 1 colher de sopa 3 vezes ao dia, meia hora antes das refeições.

O sumo de kiwi ou de amora purifica bem os vasos sanguíneos. Em caso de varizes ou tromboflebite, devem comer-se 4 a 5 frutos. Para a purificação do organismo, bebe-se diariamente meio copo de infusão de pinhas de abeto. Com o mesmo objetivo, ferve-se e bebe-se como chá a infusão de cavalinha (*полевой хвощ* — russo).

HIPERTENSÃO, NERVOSISMO, INSÓNIA

- É útil o chá das folhas, gomos e frutos de groselheira-preta, menta, frutos de roseira-brava e espinheiro-alvar, valeriana e sempre-noiva (*пача трева*).

- Sumo fresco de beterraba vermelha mistura-se em proporções iguais com mel e toma-se 1 colher de sopa 4 a 5 vezes ao dia.

- 2 colheres de sopa de frutos secos de groselheira-preta são regadas com um copo de água quente e fervidas em lume brando durante 10 minutos. A mistura repousa uma hora e é coada. Bebe-se 1/4 de copo 4 vezes ao dia.

HIPERTENSÃO

- Num recipiente esmaltado, misturam-se com colher de pau: 1 copo de sumo de cenoura, sumo de rábano, beterraba, rábano-picante (o rábano-picante ralado repousa 1 dia em vodka), um copo de mel e sumo de 1 limão. Bebe-se 1 colher de sopa 3 vezes ao dia, 1 hora

antes das refeições, durante 2 meses. Mantém-se em recipiente hermeticamente fechado no frigorífico.

- Recomenda-se o consumo de batatas assadas com casca, cebola fresca e alguns dentes de alho por dia.

ARTERIOSCLEROSE

- 200 g de casca de sorveira (*рябина* — russo) fervem 2 horas em lume brando em 0,5 l de água. Bebe-se 1 colher de sopa meia hora antes das refeições, 3 vezes ao dia.

- Ajuda também 1/4 de copo de sumo de groselheira-vermelha meia hora antes das refeições.

- 1 kg de frutos de sorveira-preta mistura-se com 1 kg de açúcar. Toma-se 1 colher de chá 3 vezes ao dia.

PARA AUMENTAR A HEMOGLOBINA

- Rega-se um punhado de passas com um copo de água a ferver e deixam-se durante a noite junto à almofada. De manhã, sem sair da cama, comem-se os frutos e bebe-se a água.

- Aos doentes pós-operatórios recomenda-se uma mistura de 1 copo de passas, 1 copo de nozes, 1 copo de mel e sumo de 1 limão.

- Para fortalecer os músculos do coração, recomenda-se comer em jejum 2 claras de ovo batidas com 2 colheres de chá de natas e 1 colher de mel.

FALTA DE AR CARDÍACA

- 10 limões (sem sementes) e 10 cabeças de alho são moídos na máquina de carne. A massa é regada com 1 litro de mel e repousa 2 semanas. Toma-se 1 colher de sopa antes de dormir. Se a falta de ar for combinada com hipertensão, é necessário adicionar 100 g de flores de espinheiro-alvar.

- Beber sumo de beterraba vermelha em combinação com outros sumos de cenoura, couve e batata.

- Aos HIPERTENSOS ajuda a mistura de rábano-picante ralado, sumo de limão, sumo de beterraba e de cenoura com mel na

proporção de 0,5:1:1:1:1. Bebe-se 1 colher de sopa 1 hora antes de deitar.

Os curandeiros tibetanos dizem: se começou o dia com leite e papas, termine-o da mesma forma. É recomendável consumir um pouco de papa de sêmola, bulgur ou trigo cozido. Estes influenciam beneficamente o trato gastrointestinal e o sistema locomotor.

Para a profilaxia da arteriosclerose recomenda-se o consumo de requeijão (*извара*). Em caso de ANEMIA, deve-se beber sumo de rábano preto, cenoura e beterraba (1:1:1), 1 a 2 colheres de chá todos os dias durante 2 a 3 meses.

Em caso de HEMORRAGIAS INTERNAS (uterinas, intestinais, hemorroidais): No outono, após a colheita dos pepinos, colhem-se as gavinhas do pepineiro, cortam-se finamente e lavam-se com água fria. Fervem-se 50-100 g de gavinhas em 0,5 l de água e deixa-se repousar. Bebe-se meio copo 3 vezes ao dia.

Em caso de CANSAÇO e TENSÃO ARTERIAL BAIXA recomenda-se chá de hipericão, roseira-brava, folhas de abrunheiro, orégãos e erva-cidreira.

VARIZES — beber infusão de urtiga. A sopa de urtiga primaveril picada também ajuda no rejuvenescimento do organismo e no melhor funcionamento dos órgãos. Em alguns casos, é útil também na diátese. Vanga aconselha que, nas varizes, se estenda um lençol sobre a erva de manhã e depois se envolva o doente nele. Segundo ela, o orvalho tem muitas propriedades curativas não estudadas.

Vanga recomendou a uma doente com tromboflebite que enchesse um jarro com água e o deixasse durante a noite no chão, no quintal. De manhã, a terra debaixo do jarro é recolhida, colocada na zona doente e atada com um pano. Este procedimento repete-se 3 vezes.

A aveia é conhecida há muito como um remédio universal. Prepara-se da seguinte forma: a 2 punhados de aveia adicionam-se 8 l de água, fecha-se o recipiente e ferve-se a aveia até que a água se reduza a metade. Depois coa-se e adicionam-se 13 g de salitre, 155 g de açúcar e um pouco de sândalo vermelho. Ferve-se mais 10-15 minutos e repousa 24 horas. Mantém-se no frigorífico e bebem-se 2-3 copos de manhã em jejum, 2-3

horas antes de comer, e 2-3 horas após o almoço. A aveia purifica o sangue, os rins e as vias urinárias, atua beneficamente no cérebro e alivia dores de ouvidos, dentes e cabeça.

CÁLCULOS NA VESSÍCULA E NOS RINS

- Duas colheres de sopa de sementes de funcho são regadas com 2 copos de água a ferver e fervidas 15 minutos em lume brando. Após arrefecer, coa-se. Bebe-se durante 3 semanas meio copo de infusão morna 4 vezes ao dia.

- Mói-se na máquina de carne 1 copo de sementes de cânhamo, mistura-se com 3 copos de leite e ferve-se até restar 1 copo. Enquanto a mistura estiver quente, coa-se e bebe-se 1 copo 5 dias seguidos. Após 10 dias, o curso de tratamento repete-se, evitando-se alimentos irritantes nesse período. São possíveis crises de dor. Após 1 ano, o tratamento repete-se.

- Durante a época, comer 6 vezes ao dia meio copo de morangos.

- Nos cálculos biliares, e também nos rins e no fígado, atua beneficamente uma infusão forte de salsa (com a raiz).

- Após um dia de jejum completo, faz-se um clister. Passada 1 hora, bebe-se 1 copo de óleo e, imediatamente a seguir, um copo de sumo de toranja. Em caso de náusea, em posição deitada, chupar um limão sem beber água. Após 15 minutos toma-se um laxante e, passados mais 15 minutos, pode-se beber água. O jejum continua e, após um dia, o procedimento repete-se. A saída dos cálculos é controlada. Geralmente o curso de tratamento dura cerca de 1 semana. Para que o tratamento decorra de forma indolor, ajuda o uso prolongado de sumo de beterraba.

- Para purificar os rins, ajuda a infusão de 1 colher de chá de sementes de linhaça (para 1 copo de água). A infusão bebe-se durante 2 dias, 1 colher de chá a cada 2 horas.

Para o tratamento do fígado, recomenda-se sumo dos seguintes vegetais: cenoura – 210 g, aipo – 150 g, salsa – 120 gramas. As dores no fígado passam se se misturar um quarto de copo de óleo de qualidade com a mesma quantidade de sumo de toranja e se beber a mistura antes de deitar

(mas 2 horas após a refeição e o clister realizado). Depois deve-se dormir sobre o lado direito. De manhã o clister repete-se. Beber 3 vezes ao dia, após as refeições, um copo de salmoura de couve e sumo de tomate (de tomates frescos).

Em caso de doença do fígado, e também em caso de fadiga, recomenda-se comer diariamente 30 g de pinhões (*кедрови орехи*), 20 g de passas e 20 g de queijo tipo *kashkaval*. É muito útil o chá de flores secas de abóbora. Ajudam também as sementes de abóbora. No tratamento do fígado recomenda-se beber chá de «barbas» de milho cozidas. Os doentes devem fazer 1 a 2 vezes por semana dias de desintoxicação, alimentando-se apenas de melancia. Esta dieta curta facilita o trabalho do fígado, rins e vesícula.

Muito importante! Evite fritos! Não coma em excesso — isso polui o organismo com escórias!

Lave bem os vegetais e coza-os com casca. Não deite fora a água — nela contêm-se todos os sais minerais necessários ao homem. Beba todos os dias sumos caseiros. O sumo de beterraba pode remover até tumores.

HEMORROIDAS

O modo de tratamento mais comum é a aplicação de supositórios durante a noite e lavagens mornas do ânus. De manhã, após a evacuação, o ânus é lavado com água tépida e untado com óleo de rícino. Antes da colocação do supositório, recomendo a realização de clisteres de sumo de beterraba vermelha, petróleo (querosene) — 1 colher de chá em meio copo de água morna — e urina.

Os supositórios fazem-se de batata crua, passas escaldadas ou pomadas. A minha avó preparava esta pomada: em óleo de girassol a ferver (0,5 l), fritava até enegrecer uma cebola grande, depois retirava a cebola e no óleo morno dissolvia 100 g de cera. Para lavagens do ânus podem usar-se as seguintes infusões mornas: a) de cebola — para 2 litros de água a ferver, 3 kg de cebolas; b) de alcatrão — 1 colher de sopa de alcatrão para 2 litros de água a ferver.

Cinza de bétula é triturada até se tornar fuligem e misturada com petróleo até à consistência de natas. Esta papa deve ser usada como supositório durante 10 a 15 minutos. Podem aplicar-se também supositórios

«de gelo». Preparam-se da seguinte forma: enchem-se formas cilíndricas de papel com água e congelam-se. Antes da utilização, deve mergulhar-se a ponta do supositório em água quente ou as próprias formas devem ser feitas com a extremidade arredondada para uma colocação indolor. Nos primeiros 3 a 5 dias, o supositório é mantido no máximo meio minuto. Depois, a cada 3 a 5 dias, adicionam-se 30 segundos. Em caso de irritação ou temperatura elevada no ânus, fazer lavagens tépidas ou colocar compressa de pano macio durante 3 a 5 minutos.

Sobre as protuberâncias hemorroidais aplicam-se folhas de choupo-tremedor durante 2 horas. Em caso de dores ou desconforto, as folhas são retiradas e o local lavado; o procedimento repete-se não antes de passados 2 dias. Recomenda-se, antes de deitar, sentar-se num recipiente com água fria durante 5 minutos, ao longo de 3 semanas. Atua bem também o sumo de sorveira fresca, bebendo-se 3 vezes ao dia duas chávenas com açúcar, após o que se bebe um copo de água.

Aplica-se também o chamado «método persa»: no fundo de um bidão baixo coloca-se um tijolo vermelho aquecido. Sobre o tijolo polvilha-se alho picado. Quando surgirem os vapores, sentar-se sobre o bidão. Os banhos «de fumo» fazem-se até à cura.

PARA O PERISTALTISMO

Recomenda-se beber diariamente 1-2 copos de salmoura de couve ligeiramente aquecida. É útil também o sumo fresco de cebola — 1 colher de sopa 3-4 vezes ao dia —, bem como a infusão de raiz de dente-de-leão: 2 colheres de chá de raízes trituradas são regadas com um copo de água fria e repousam 8 horas. Bebe-se 1/4 de copo 4 vezes ao dia antes das refeições.

GASTRITE

De manhã, em jejum, bebem-se 30 minutos antes da refeição 2 claras batidas de ovos crus frescos. O procedimento repete-se durante 1 mês. Na acidez baixa é útil beber antes da refeição meio copo de sumo de couve fresca. Na acidez elevada, beber alternadamente sumo de cenoura e de batata.

PARA GASTRITES, ÚLCERAS,

DISCINESIA DAS VIAS BILIARES

3 copos de fungo de bétula triturado, tortulho (*чага* — russo), 50 g de frutos de roseira-brava, 50 g de milfólio, 50 g de gomos de pinheiro e 50 g de absinto são regados com 3,5 l de água fria. Depois de ferver, a mistura coze 2 horas em lume brando com a panela tapada. Após retirar do lume, a panela é envolvida num cobertor durante 1 dia. Depois coa-se, espremem-se 200 g de sumo de aloé (com 3 anos ou mais), 250 g de conhaque, 400 g de mel e repousa 4 dias, mexendo diariamente. Depois a mistura é vertida para recipientes menores para conservação no frigorífico. Bebe-se uma colher de sopa 3 vezes ao dia antes das refeições. Para a cura é suficiente uma garrafa de meio litro.

Um pedaço de fungo de bétula seco (*chaga*) é regado com água a ferver por 4 horas para amolecer, após o que o fungo é ralado. 1 parte do fungo é misturada com 5 partes de água a ferver (a temperatura não deve exceder 80-90 graus). Repousa 2 dias em local escuro e fresco. Depois a infusão é coada através de pano denso, espremendo o resíduo. Bebe-se meio copo 3 vezes ao dia. Durante o tratamento deve seguir-se uma dieta vegetariano-láctea, evitar o tabaco, enchidos, gorduras, conservas e especiarias picantes. A infusão é usada também como meio contra tumores.

A medicina popular recomenda também a raiz de barda (*лопух* — russo) sob a forma de infusão ou tintura. Alguns cientistas afirmam que estas raízes têm também um efeito antitumoral. Durante 1 semana o pó da raiz repousa misturado em partes iguais com álcool e mel; bebe-se 3 vezes ao dia uma colher de sopa antes das refeições.

EM POLIPOS E CANCRO DO RETO

De manhã e à noite fazem-se clisteres purificantes com pedra-pome azul (1 colher de chá para 3 litros de água fria). Para o procedimento usa-se meio copo da solução obtida. Esta mistura-se com 2 litros de água morna; 5 minutos após a limpeza do intestino deve obrigatoriamente fazer-se um micro-clister com 100 g de urina que tenha repousado. Após 2 semanas a questão da intervenção cirúrgica costuma cair. Recomendo a mesma receita para tumores do colo do útero e miomas, sendo que os clisteres são, naturalmente, substituídos por duches vaginais.

PARA MELHORAR O FUNCIONAMENTO

DO ESTÔMAGO

a) De manhã, antes de sair da cama, deve-se inchar e relaxar o abdómen bruscamente 20 a 30 vezes, fazendo depois uma automassagem do abdómen com movimentos circulares no sentido dos ponteiros do relógio. b) Desenhar no ar com as pernas os algarismos de 0 a 10. Se não conseguir executar todo o exercício de imediato, aumente gradualmente a sua complexidade. c) Após os exercícios, levante-se e entrelace as mãos no topo da cabeça. Eleve-se nas pontas dos pés, com as mãos também a subir com as palmas para cima. Desça sobre o pé inteiro. Faça o mesmo com rotação para a esquerda e para a direita, 10 vezes em cada direção.

Para a limpeza do estômago e facilitação do seu trabalho é necessário fazer clisteres com água quente, adicionando 1-2 colheres de sopa de sumo de limão e vinagre de maçã (6% para 2,5 l de água). Os clisteres fazem-se 3 dias seguidos, 3 vezes em dias alternados, 3 vezes de 2 em 2 dias e assim sucessivamente até restar 1 clister uma vez por semana.

É muito útil fazer um dia de jejum total por semana. Mas, para o efeito, nem todos os dias são adequados. Conforme o signo do zodíaco, faz-se a escolha correta:

- Carneiro - terça-feira
- Touro - sexta-feira
- Gémeos - quarta-feira
- Caranguejo - segunda-feira
- Leão - domingo
- Virgem - quarta-feira
- Balança - sexta-feira
- Escorpião - terça-feira
- Sagitário - quinta-feira
- Capricórnio - sábado
- Aquário - segunda-feira
- Peixes - quinta-feira

Na noite antes do jejum faz-se um clister de limpeza. No jejum não são impedimento a água, as frutas e os vegetais (apenas frescos).

EM PRISÃO DE VENTRE CRÓNICA

- Beber todos os dias 1 copo de sumo de abóbora durante 1 a 2 meses. Após o primeiro mês é necessário fazer uma interrupção de alguns dias. O sumo de abóbora é eficaz também no cansaço mental e físico, inflamação do sistema urinário, insónia e sono inquieto.

- Secam-se ao sol e trituram-se em pó amêndoas de caroço de alperce. A dose diária é de 12 gramas. O pó expele as toxinas do organismo, facilita a respiração em constipações e ajuda no tratamento da tosse.

- As dores de estômago são aliviadas pela infusão de 100 g de hipericão, 400 g de menta e 100 g de barda. Se a este conjunto se adicionarem 150 g de chá seco, obtém-se um meio para a purificação dos rins.

- Na inflamação dos intestinos a medicina popular recomenda clisteres de açúcar. Estes auxiliam também na purificação do estômago. As lavagens de açúcar favorecem ainda a cicatrização de feridas.

- Aos doentes com disenteria ajuda a infusão de ramos de silva. Toma-se sem limitações até à cura.

- Na funcionalidade reduzida do trato gastrointestinal é útil comer um pouco de cebola fresca antes da refeição.

- Houve casos em que o cancro de estômago foi tratado com raiz de barda de maio. Ela deve ser ralada como o rábano-picante e utilizada na comida sem limitações.

INTOXICAÇÃO ALIMENTAR

- Folhas de groselheira fervem-se 2 a 3 minutos. Bebe-se um copo.

- Sementes de anis (1 colher de chá para 1 copo de água a ferver) repousam 1 noite numa garrafa térmica. Em casos urgentes é suficiente uma fervura de uma hora.

- Para provocar e manter episódios de náusea, utiliza-se uma mistura de leite e clara de ovo.

PÂNCREAS

- Beber 100 g da própria urina fresca pela manhã.

- Beber uma infusão de absinto e íris 15 minutos antes das refeições — 1/3 a 1/4 de copo.

- Moer 1 kg de limões, 300 g de salsa e 300 g de alho (os limões sem caroços, mas com a casca). Deixar a mistura repousar durante 2 semanas numa panela esmaltada. Beber 1 colher de chá antes das refeições, 3 vezes ao dia. Esta mistura pode ser acompanhada por 1/3 de copo de uma infusão de folha de amoreira, folhas de morangueiro, «barbas» de milho, folhas de mirtilo e vagens de feijão. Misturam-se partes iguais dos componentes bem triturados; depois, verte-se uma colher da mistura num copo de água a ferver e deixa-se repousar uma noite numa garrafa térmica.

- Deixar repousar durante uma noite uma mistura de farinha de trigo e kefir. Utiliza-se 1 colher de sopa de farinha para um copo de kefir. Come-se de manhã em vez do pequeno-almoço.

PARA VÓS, MULHERES...

- No caso de mastite, ajuda excelentemente uma massa crua, amassada com mel e gema de ovo.

- Muitas vezes as mães jovens sofrem dolorosamente com o desmame da criança. Durante este período difícil, devem aplicar sobre os seios (usar por baixo do sutiã) folhas de couve comum fermentada (*кисело зеле*).

- A MASTOPATIA trata-se da seguinte forma: fervem-se flores de batateira (1 colher de chá de flores picadas para um copo de água a ferver) e, dependendo do estado dos rins, bebe-se de 1 colher de sopa a 1/3 de copo, 3 vezes ao dia antes das refeições.

FIBROMAS E MIOMAS

Dissolve-se 1 colher de chá de pedra-pome azul em meio litro de água. Mistura-se meio copo da solução obtida com 2 l de água morna e faz-se um duche vaginal durante 2 semanas seguidas, de manhã e à noite. Após cada duche, introduzir obrigatoriamente na vagina 200 g da própria urina.

- Na CISTITE HEMORRÁGICA, tritura-se semente de funcho até virar farinha; toma-se 1 colher de chá desta farinha, deixa-se ferver num copo de água, faz-se uma infusão durante 1 a 1,5 horas e depois bebe-se juntamente com o sedimento. Bebe-se durante uma semana, de manhã em jejum.

- Verter 1 litro de água a ferver sobre 450 g de hipericão (*жълт кантарион*) e 450 g de centáurea (*червен кантарион*). Beber em vez de chá ou água em caso de INCONTINÊNCIA URINÁRIA.

- Colocar 100 g de salsa em 1 l de água a ferver. Após repousar uma hora, beber meio copo diariamente em caso de RETENÇÃO URINÁRIA. Os resultados surgem após uma semana e meia a duas semanas.

- Para o tratamento de PROCESSOS INFLAMATÓRIOS FEMININOS, a medicina oriental recomenda colocar em 1,5 copos de água 6 flores de romeira que já tenham caído da árvore e deixá-las repousar 45 minutos. Depois, fervem-se durante 15 minutos. Beber uma colher de sopa 3 vezes ao dia antes das refeições. Após utilizar 120 flores, fazer uma pausa de 20 dias.

Para as grávidas, é frequentemente de grande importância saber se nascerá um menino ou uma menina. Proponho uma tabela para determinar o sexo da futura criança. À esquerda está a idade da mulher; em cima, o mês da conceção.

TABELA

pela qual pode determinar o sexo do seu futuro filho. Os algarismos à esquerda determinam a idade da mãe, e os meses na linha superior — o momento da conceção. [Nota: A tabela visual não foi fornecida no original para tradução].

DOR DE DENTES

- Um pedaço de toucinho limpo de sal (pode ser fresco) é colocado durante 15-20 minutos sobre o dente doente, entre a bochecha e a gengiva. A dor passa.

- Coloca-se raiz de tanchagem no ouvido do lado onde está o dente doente. Após pouco tempo, também acalmará a dor.

- Esfregar o lado interno do pulso com alho. O efeito do alho pode ser intensificado se se esmagarem alguns dentes e se atarem bem ao local onde se sente o pulso. Duas observações essenciais: o alho não deve estar em contacto direto com a pele — cobrir o braço com um lenço; se o dente doente for do lado direito, esfrega-se o lado esquerdo e vice-versa.

- No fundo de uma panela, deita-se um pouco de mel de tília e coloca-se nele um prego velho e enferrujado, previamente aquecido ao rubro. A substância preta e densa que se forma em redor do prego é aplicada na gengiva antes de dormir. Em breve o pus escorre.

- Na antiguidade, para fortalecer as gengivas, utilizavam uma infusão de zimbro.

- Particularmente eficaz é o seguinte método: corta-se o alho em fatias finas e com elas cobrem-se as gengivas de ambos os lados durante meia hora. Apesar da dor forte, o procedimento repete-se 3 vezes.

- A tintura de hipericão também elimina rapidamente a dor.

- Folhas de tussilagem esmagadas aplicam-se nas protuberâncias dolorosas das gengivas que frequentemente se formam após a extração de um dente.

AUTOMASSAGEM

Este é o melhor meio para melhorar o estado geral do organismo. Deve ser feita de manhã, logo após acordar. A pele do rosto é friccionada com as pontas dos dedos (exceto o polegar) das bochechas em direção às orelhas e ao ângulo da mandíbula inferior. Depois, com movimentos circulares, friccionam-se o queixo e a boca, alisando a pele do nariz desde as extremidades até ao espaço entre as sobrancelhas. A massagem termina na testa — a pele é massajada com movimentos suaves do meio da testa para as têmporas, e com movimentos rotativos o pescoço, do queixo para baixo e para os lados. À noite, os movimentos podem ser repetidos com um creme de pele.

É particularmente útil a massagem dos pavilhões auriculares. É feita com o polegar e o indicador. Ao inspirar, massaja-se a orelha desde o

lóbulo até ao topo e, ao expirar, no sentido inverso. Apenas alguns minutos de massagem melhorarão visivelmente o seu humor e bem-estar.

SHILAJIT (*МУМИЙО*)

- Dissolvem-se 5 g deste meio milagroso em 0,5 l de água fria fervida. Mantém-se no frigorífico. Toma-se, para adultos, 1 colher de sopa e, para crianças, 1 colher de chá como tónico geral. Toma-se ou de manhã cedo ou antes de deitar, 2 a 3 horas após a refeição.

- É conveniente aplicar pomadas e compressas antes de deitar.

- O *shilajit* ajuda a melhorar a vitalidade de praticamente todos os órgãos internos, aumenta a resistência e cura muitas doenças. Por exemplo, em hemorroidas tomam-se 0,2 g internamente em jejum. O curso de tratamento é de 10 dias. Realizam-se 2 a 3 cursos por ano.

- Na insuficiência cardíaca, é necessário tomar 0,2 g antes de deitar durante 10 dias. Após 2 a 3 semanas, pode repetir-se.

PARA O CABELO

- Em caso de calvície, esfrega-se uma mistura de 4 partes de sumo de cebola, 1 parte de conhaque e 6 partes de infusão de raiz de barda (*peneй*). Depois, lava-se o local com petróleo purificado.

- Para tratar a calvície existe também esta receita: misturar 100 g de miolos de boi, 1 ovo, 15 gotas de amoníaco e 2 colheres de sopa de óleo de rícino. Untar a cabeça com esta mistura e não lavar durante 3 dias. No total, fazem-se 5 ciclos.

- Obtêm-se bons resultados ao untar as raízes do cabelo com óleo (azeite) onde se macerou raiz de barda. Deitam-se 100 g de óleo sobre 50 g de raízes secas de barda e deixa-se repousar ao sol por 10 dias.

- Para fortalecer as raízes, o cabelo pode ser untado com uma mistura de sumo de cebola e *shilajit* (solução aquosa a 10%) na proporção de 1:1.

- Obtém-se um bom efeito lavando o cabelo com urina que tenha repousado.

- O fio de cabelo é bem nutrido se o cabelo for lavado com ovo.

- Para fortalecer as raízes, recomenda-se friccionar o cabelo lavado com uma infusão de urtiga, que se prepara facilmente com folhas secas trituradas, regadas com um copo de água a ferver e deixadas em repouso por 1 hora. A infusão coada e arrefecida utiliza-se 1 a 2 vezes por semana.

- A uma criança com DIÁTESE dá-se sumo de rábano preto. Começa-se com 1 gota e todos os dias a dose aumenta 2 gotas até chegar a uma colher de sopa. O sumo bebe-se 3 vezes ao dia, 15 a 20 minutos antes das refeições.

- À criança pode dar-se também uma colher de chá de farinha preparada a partir da casca de um ovo fresco. A farinha é misturada com uma pequena quantidade de sumo de limão. Durante 30 dias, toma-se uma dose equivalente a 1 ovo. Antes de preparar a farinha, deve-se retirar a película interna do ovo e lavar a casca. Tal farinha ajuda o sistema ósseo e a formação dos dentes.

- Em caso de INCHAÇO DAS PERNAS, fervem-se 4 colheres de sementes de linhaça durante 10-15 minutos em 1 litro de água. Envolve-se a panela num cobertor por 1 hora. Bebe-se quente, com intervalos de 2 horas, meio copo 6 a 8 vezes ao dia.

- Verter 0,5 l de água a ferver sobre 1 colher de sopa de gomos de bétula e 2 colheres de folhas de bétula; deixar repousar 1 hora. Depois, coar a infusão e beber meio copo 4 vezes ao dia. No edema, ajuda frequentemente também a infusão de folhas de mirtilo: fervem-se 2 colheres de sopa durante 15 minutos num copo de água. Coar e beber durante o dia.

- Em caso de **CANSAÇO DAS PERNAS**, é necessário mergulhá-las 10 vezes consecutivas num alguidar com água quente (40°) e num alguidar com água tépida (20°). O mergulho final é sempre em água fria. Pode-se adicionar à água 50 g de flor de tília e uma colher de sal de cozinha. O mesmo banho com folhas de nogueira ajuda nas varizes.

- No caso de mau **ODOR NOS PÉS**, de manhã estes devem ser polvilhados com pó de ácido bórico. Em caso de forte transpiração

dos pés — polvilhar com pó de casca de carvalho, calçar meias durante a noite e, de manhã, lavar com água fria.

- Em caso de **NEVRALGIA**, corta-se um ovo cozido ao meio e aplica-se no local onde a dor é mais forte. À medida que o ovo arrefece, a dor passa.

- Para tratar a TUBERCULOSE, os curandeiros populares utilizavam as substâncias biologicamente ativas contidas nas minhocas. Lava-se um copo de minhocas e rega-se com 0,5 l de álcool ou vodka. Deixa-se repousar 1 semana e, depois, filtra-se o líquido. Bebe-se 1 colher 3 vezes ao dia. *Nota: as minhocas preparam-se em maio ou julho. Em junho (período de reprodução), as minhocas são tóxicas.*

- Minhocas são utilizadas também no tratamento de CATARATAS e GLAUCOMA. Lava-se um copo de minhocas, colocam-se em camadas numa panela, pondo açúcar entre as camadas; a panela fica em lume brando. Quando surgir líquido, deixar arrefecer e filtrar várias vezes até ficar transparente. Aplicar 1 gota 2 a 3 vezes ao dia durante 2 semanas. Se a melhora for insignificante, repetir o procedimento, mas polvilhar as minhocas com sal em vez de açúcar.

- No caso de doença da **TRACOMA**, nos primeiros três dias untam-se as pálpebras doentes com sumo de limão apenas por fora e, mais tarde, levantando ligeiramente a pálpebra, também por dentro.

- Contra o **ALCOOLISMO**: polvilhar abundantemente gomos de bétula secos com açúcar e atear fogo. Depois apaga-se o fogo e o fumo deve ser inalado pela pessoa propensa ao alcoolismo. Após o procedimento, dá-se ao doente um copo de vodka para beber.

- Para a sobriedade imediata, ajuda um copo de água fria com 5 gotas de amoníaco dissolvidas.

- Na distensão de TENDÕES, esmagam-se várias cabeças de cebola, aplicam-se numa camada espessa sobre um pano e com este cobre-se a zona doente.

- Contra a INSÓNIA ajuda:

1. Semente de funcho fervida em vinho. Fervem-se 50 g de sementes em lume brando em 0,5 l de vinho. Antes de dormir, bebem-se 50-60 mililitros. Não foram observados efeitos secundários ou complicações.

2. Banho com 3 a 5 gotas de óleo de abeto branco, duração de 20 a 30 minutos. Relaxa, acalma e promove um bom sono.

- Na DOR DE CABEÇA, ajuda um tampão embebido em sumo de beterraba vermelha no ouvido ou no nariz.

- Para estancar a DIARREIA, pode beber-se de manhã e à noite um copo de uma solução rosa-claro de permanganato de potássio. Não deve haver cristais por dissolver na água.

ATENÇÃO! ANTES DE UTILIZAR AS RECEITAS, RECOMENDA-SE A CONSULTA COM UM MÉDICO!